

La Cuisinière FIVE ROSES

Coupon



pour
obtenir
la

CUISINIERE
FIVE
ROSES



Coupon



pour
obtenir
la

CUISINIERE
FIVE
ROSES



Coupon



pour
obtenir
la

CUISINIERE
FIVE
ROSES



Coupon

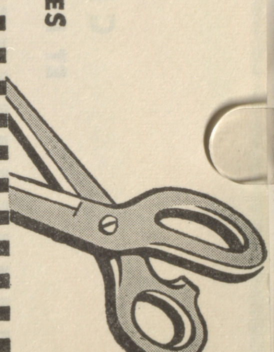


pour
obtenir
la

CUISINIERE
FIVE
ROSES



Détachez
CES COUPONS
ET DONNEZ-LES A VOS AMIES



Détachez

CES COUPONS

ET DONNEZ-LES A VOS AMIES

Coupon pour obtenir la

CUISINIERE FIVE ROSES

IMPRIMEZ votre nom et adresse clairement. N'oubliez pas d'inclure cinquante sous (50¢); soixante sous (60¢) en dehors du Canada. Bon de poste préférable. Adressez comme suit: Lake of the Woods Milling Company Limited, Département Livres de Recettes, Boite 908, Montréal.

Nom..

Adresse..

....

Nom du Marchand..

Prix sujet à changer sans avis.

Coupon pour obtenir la

CUISINIERE FIVE ROSES

IMPRIMEZ votre nom et adresse clairement. N'oubliez pas d'inclure cinquante sous (50¢); soixante sous (60¢) en dehors du Canada. Bon de poste préférable. Adressez comme suit: Lake of the Woods Milling Company Limited, Département Livres de Recettes, Boite 908, Montréal.

Nom..

Adresse..

....

Nom du Marchand..

Prix sujet à changer sans avis.

Coupon pour obtenir la

CUISINIERE FIVE ROSES

IMPRIMEZ votre nom et adresse clairement. N'oubliez pas d'inclure cinquante sous (50¢); soixante sous (60¢) en dehors du Canada. Bon de poste préférable. Adressez comme suit: Lake of the Woods Milling Company Limited, Département Livres de Recettes, Boite 908, Montréal.

Nom..

Adresse..

....

Nom du Marchand..

Prix sujet à changer sans avis.

Coupon pour obtenir la

CUISINIERE FIVE ROSES

IMPRIMEZ votre nom et adresse clairement. N'oubliez pas d'inclure cinquante sous (50¢); soixante sous (60¢) en dehors du Canada. Bon de poste préférable. Adressez comme suit: Lake of the Woods Milling Company Limited, Département Livres de Recettes, Boite 908, Montréal.

Nom..

Adresse..

....

Nom du Marchand..

Prix sujet à changer sans avis.

La Cuisinière

FIVE ROSES

à la façon des cordons-bleus

Une collection de bonnes recettes éprouvées, orgueil des ménagères et délices de leurs familles, compilées à l'intention des maîtresses de maison de chez nous, toutes excellentes cuisinières. En servant une bonne table, elles continuent la vieille tradition de bonne chère qui, au pays, date au moins des "Anciens Canadiens."



Publié par les fabricants de la farine

FIVE ROSES

LAKE OF THE WOODS MILLING COMPANY LIMITED

Montréal . . . Winnipeg

Avant-Propos

Il y a déjà plusieurs années la compagnie Lake of the Woods Milling Limited, les fabricants de la Farine Five Roses, ont décidé que pour avoir vraiment un bon livre de cuisine, il s'agissait simplement de demander aux ménagères canadiennes d'indiquer leurs préférences, de fournir leurs recettes favorites.

Venues de tout le Canada, ces recettes éprouvées et approuvées ont servi à composer le premier livre de cuisine Five Roses.

Mais à mesure que le temps passe, les goûts changent, la façon de vivre aussi. Certaines recettes et certains plats sont absolument passés de mode, tandis que d'autres ont besoin d'être mis à la page. C'est pour cette raison que de temps à autre, un nouveau livre de cuisine Five Roses vous invite à lui faire prendre son rang à côté de ses prédécesseurs.

Il ne faut pas oublier que toutes ces recettes ont été éprouvées. Du moment qu'elles sont suivies, et préparées avec de la farine Five Roses, les résultats seront satisfaisants. On ne peut en dire autant si la farine employée est de mauvaise qualité et, encore une fois, les recettes de ce livre ne sont pas faites pour l'emploi de ces farines qu'on nomme spéciales ou à pâtisserie.

Les planches en couleurs sont des reproductions exactes de recettes que vous trouverez dans le livre.

Quelques-uns des plats recommandés coûteraient les yeux de la tête s'il fallait les acheter, mais quand ils sont préparés à la maison, ils restent non seulement abordables, mais souvent ils reviennent bien moins cher qu'on avait pensé.

Nous remercions bien sincèrement les personnes qui nous ont si aimablement aidé dans notre tâche. Leur concours nous fut d'un précieux secours. A notre grand regret, il nous est impossible de donner des noms, parce que dans nombre de cas plusieurs suggestions ont servi en définitive pour une seule et même recette.

LAKE OF THE WOODS MILLING CO LIMITED

la farine enrichie de vitamines





DEMANDEZ!

EN SACS DE 5lbs., 7lbs., 24lbs. ET 98lbs.



la farine tout usage

FIVE ROSES

IMPORTANT

MAINTENANT—LA FARINE TOUT USAGE FIVE ROSES EST ENRICHIE DE VITAMINES

QUE SIGNIFIE POUR VOUS, MENAGERES, LA FARINE ENRICHIE DE VITAMINES? Simplement ceci . . . que vous pouvez maintenant donner à votre famille des repas plus nutritifs et l'aider à obtenir un régime plus balancé par l'emploi de la farine enrichie.

QU'EST-CE QUE L'ENRICHISSEMENT? L'enrichissement est l'addition à la farine blanche de trois vitamines du complexe B; la thiamine, la riboflavine et la niacine, avec un minéral en plus, le fer.

Grâce à ses protéines pour refaire les tissus et à ses hydrates de carbone qui fournissent de l'énergie, la farine a toujours été l'aliment énergétique le plus économique au monde. Maintenant, elle peut en plus fournir des éléments protecteurs.

POURQUOI L'ENRICHISSEMENT EST-IL NECESSAIRE? Il se peut que certains régimes manquent de certaines vitamines, comme les vitamines du complexe B, et aussi de fer. L'enrichissement sera pour un grand nombre de personnes une garantie additionnelle contre un tel manque de vitamines et de fer.

L'ENRICHISSEMENT CHANGERA-T-IL VOS RECETTES? L'enrichissement ne change nullement la couleur, la saveur et les autres caractères physiques de vos recettes préférées, et ne change pas non plus les qualités boulangères de la farine. La seule différence, c'est l'avantage caché des valeurs nutritives additionnelles. L'EMPLOI DE LA FARINE ENRICHIE DE VITAMINES N'EXIGE AUCUN CHANGEMENT DANS LES QUANTITES DE FARINE EXIGEES PAR TOUTES RECETTES.

L'ENRICHISSEMENT CHANGERA-T-IL LA VALEUR CALORIFIQUE DE LA FARINE? NON. La farine enrichie fournit seulement des valeurs additionnelles sous la forme de vitamines et de minéraux. La valeur calorifique demeure la même. Cela signifie qu'elle ne contient pas plus d'engraissement que la farine non enrichie.

LES VITAMINES SONT-ELLES DETRUITES PAR LA CUISSON? Il n'y a pas de perte appréciable. La légère perte de thiamine qui peut se produire a été compensée lors de l'établissement des normes.



NOTEZ BIEN

Une enveloppe de levure sèche peut être employée quand la recette exige un pain de levure comprimée ou de levure sèche.

Pour préparer la levure, suivez les instructions sur le paquet.



Bien Manger

SANS EXTRAVAGANCE



Bien manger veut dire manger d'une façon qui tienne compte à la fois des exigences de la santé et de la gourmandise. Il n'en coûte pas plus cher de bien manger, au contraire! Les autorités en nutrition s'accordent à dire qu'il faut manger:

1. **1 chopine de lait par jour (enfants 1 pinte)**
2. **3 légumes par jour, dont un cru**
3. **2 fois de fruits (1 cru)**
4. **2 fois de céréales (grain complet)**
5. **1 fois par jour: viande, volaille, poisson, œufs, fromage, pois ou fèves. Ce sont les protéines nécessaires pour réparer l'usure journalière de l'organisme.**

Boire de l'eau. Eviter les abus de thé et de café; n'en jamais donner aux enfants.

La maîtresse de maison soucieuse qu'on mange bien chez elle, apprend tôt qu'il est plus facile et plus économique de préparer les menus pour toute une semaine à la fois. Elle peut se garder un peu de marge: il y aura peut-être au marché des aubaines dont il sera sage de tenir compte, tandis que certains items de la liste coûteront peut-être trop cher ce jour-là. Il faut un menu quand même.

C'est la plus sûre façon de s'assurer que les reliefs d'un repas serviront le lendemain ou le jour d'après. C'est le seul moyen d'éviter les courses à la dernière minute, des "commissions à l'épicerie" que les enfants détestent et qui se répètent trop souvent. Préparer les menus d'avance facilite la tâche de la cuisinière qui sait d'avance comment organiser son travail pour le concilier avec les autres exigences de son statut de maîtresse de maison. Cela permet aussi de varier l'ordinaire parce qu'avec une vue d'ensemble de toute la semaine il est facile de se rendre compte quand les mêmes plats reviennent trop souvent, facile de trouver juste où mettre des recettes nouvelles ou les favorites des différents membres de la famille.

Préparer les menus à l'avance permet aussi de mieux adapter la table commune aux différents régimes des convives.

A celui qui est trop maigre il faut plus de féculents, plus de sucre et de gras. Par contre le convive obèse a besoin de manger beaucoup de légumes et de fruits, pour satisfaire son appétit sans surcharger son organisme de ces calories dont il est déjà trop riche.

Impossible de satisfaire ces exigences contraires quand les décisions culinaires sont toujours prises à la dernière minute. Tandis qu'avec une idée des menus de toute la semaine il sera facile, par exemple un jour de cuire une pomme supplémentaire, que la personne grasse mangera comme dessert quand il y a un pouding aux épices pour les autres.

Que les aliments chauds soient servis très chauds, les plats froids franchement glacés ou frais, selon ce qui leur convient le mieux. La tiédeur détestable doit être évitée à tout prix, surtout en alimentation.

Pour servir une bonne table et s'en tirer facilement sans qu'il en coûte trop cher, il importe d'acheter en aussi grosses quantités que possible.

Il faut aussi respecter les saisons. La rhubarbe si bon marché au printemps coûte les yeux de la tête durant l'hiver et il en est de même pour tous les comestibles, selon qu'ils sont achetés en saison ou non. Il s'agit donc, quand un article touche un prix avantageux pour le consommateur, d'en faire provision pour le reste de l'année.

L'art des conserves et de faire des provisions en général a fait de grands progrès ces dernières années. Pour se tenir à la page, au fur et à mesure des découvertes dans ce domaine, la maîtresse de maison canadienne n'a qu'à consulter les publications des Gouvernements tant fédéral que provinciaux. A Ottawa, le Ministère de la Santé ainsi que le Ministère de l'Agriculture, ont une foule de bulletins très utiles et instructifs préparés à l'intention des ménagères canadiennes. On n'a qu'à écrire au Département des Publications, Ministère de l'Agriculture, Ottawa, pour avoir la liste complète de ces bulletins.

ECONOMIE DE TEMPS ET DE GESTES

Une maîtresse de maison devrait de temps à autre faire la revue et de sa cuisine et de sa façon de faire la cuisine. Ce petit examen de conscience mettra souvent à jour des pertes de temps considérables et des fatigues inutiles.

Une étude sérieuse de la question a prouvé que dans chaque cuisine il y a une façon de disposer les meubles et les ustensiles qui facilite grandement la tâche de la ménagère. Votre cuisine se tirerait-elle avec honneur d'une petite enquête de ce genre ?

Allons! Un moment pour récapituler vos gestes quand vous mettez la table tout en surveillant le dîner qui cuit.

Devez-vous traverser toute la longueur de la pièce à propos de tout et de rien ? Avez-vous une bonne lumière ? La table où vous travaillez, le lavabo où vous lavez la vaisselle, sont-ils à bonne hauteur pour vous ? Les meubles sont-ils bien placés ? Est-ce qu'un courant froid vous arrive sur les épaules chaque fois que s'ouvre la porte de dehors ? Il y a de ces choses qu'on subit parce qu'on ne s'est jamais arrêté à voir s'il n'y aurait pas moyen d'y remédier.

Les toutes nouvelles cuisinières ont d'ordinaire la fâcheuse habitude de trop salir la vaisselle. Il s'agit là d'une perte de temps considérable puisque cette vaisselle sale il faut la laver et la remettre en place. Le remède, ici encore, c'est un peu de réflexion surtout en commençant un travail. Si par exemple tout le matériel nécessaire à la préparation d'un gâteau est rassemblé avant de commencer la pâte, la jeune mariée observatrice va se rendre compte qu'elle peut mesurer sa farine dans le grand bol, le gras dans la tasse qui un moment plus tard servira à mesurer le liquide, etc.

C'est toujours le vieux truc de se servir de sa tête pour ménager ses pas et ses gestes. Une bonne façon d'épargner du temps et du combustible consiste à préparer une plus forte quantité d'un aliment afin d'en avoir pour un autre repas. Par exemple cuire pour le dîner un légume dont une partie servira le lendemain à préparer une soupe au lait, une salade ou un soufflé. La crème pâtissière dont on garnit la tarte serait aussi fort agréable servie dans des coupes; pourquoi pas doubler la recette et préparer deux desserts du coup ? Un à la vanille et l'autre au chocolat la moitié étant mise de côté et le chocolat ajouté à ce qui reste.

Pourquoi pas une grosse recette de gâteau tandis qu'on y est ? Cette recette peut donner un gâteau chaumière — avec une sauce, un gâteau garni de confiture et de crème fouettée, et de toutes petites bouchées de fantaisie. Ou même un gâteau au chocolat.

LA JUSTE MESURE

En cuisine il faut non seulement employer des mesures bien précises mais encore toujours se servir des mêmes ustensiles, de grandeur et de taille convenues, adoptés partout. Des tasses en verre ou en aluminium (huit onces) avec sur les côtés des crans indiquant toutes les fractions de la tasse: quarts, tiers, demie. Des cuillers spéciales: cuiller à soupe, cuiller à thé, demi-cuiller à thé, quart de cuiller à thé. Les mesures indiquées dans ce livre — et dans tous les bons livres de cuisine — sont toujours des mesures *rases* d'ustensiles standards.

POUR MESURER LA FARINE

Toujours sasser la farine Five Roses une fois avant de la mesurer. Une tasse de farine tirée du sac ou du baril peut facilement contenir 1¼ ou 1½ tasse de farine sassée une fois. Donc *toujours sasser la farine une fois avant de la mesurer.*

S'il s'agit de farine de blé entier, de farine graham ou de son, on les remuera un peu avant de les mesurer, mais sans sasser.

POUR MESURER LES CUILLEREES

Prendre une cuillerée et passer le dos d'un couteau pour enlever le comble de la cuiller. Il est plus simple d'avoir les cuillers convenables mais avec la cuiller même il est facile de faire la demie; prenant une cuillerée rase, avec le couteau bien marquer la demie et enlever ce qui entrait dans un côté de la cuiller.

POUR MESURER LES TASSES

Exception faite de la cassonade, il ne faut jamais presser les ingrédients secs dans la tasse à mesurer. Quand la tasse est pleine, passer le dos du couteau pour avoir la mesure rase.

S'il s'agit de mesurer du beurre ou de la graisse en paquet d'une livre on n'a qu'à se rappeler qu'une livre donne deux tasses et chaque tasse seize cuillerées à soupe.

Quand la graisse est en chaudière et qu'il faut, disons ½ tasse de graisse, la manière la plus simple consiste à remplir jusqu'à la demie, avec de l'eau froide la tasse à mesurer. Remplir la tasse avec des petites mottes de graisse. Quand le niveau de l'eau marque 1 tasse nous avons bien une demi-tasse de graisse puisque la tasse contenait déjà ½ tasse d'eau.

S'il fallait ⅓ de tasse de graisse, l'opération commencerait avec ⅔ de tasse d'eau et ainsi de suite.

POUR MESURER LES LIQUIDES

Prendre tout ce que la tasse ou les cuillers peuvent contenir. Quand il s'agit de mélasse ou d'un liquide fort épais, passer le couteau pour avoir une mesure rase. Si la mesure est rincée à l'eau froide avant de mesurer, la mélasse par example, le liquide se versera plus facilement, en collant moins. La petite spatule de caoutchouc facilite grandement la tâche quand il s'agit de prendre toute la graisse, toute la mélasse, ou tout le chocolat, qui adhèrent à l'ustensile dans lequel on les a mesurés.

FACONS DE MELANGER

La façon de mélanger les ingrédients a son importance en cuisine et toujours il convient de suivre la méthode indiquée dans la recette. *Un œuf bien battu* c'est un œuf battu jusqu'à être mousseux et moins liquide. *Un jaune bien battu* est épais, d'un jaune pâle comme un citron. *Un blanc d'œuf bien battu* est épais au point qu'on peut tourner le bol à l'envers sans rien renverser. Il ne faut pas battre les blancs plus que cela ou ils deviendront secs et le gâteau en pâtira.

Il existe trois façons d'opérer le mélange des ingrédients; on peut les brasser, les battre et les envelopper. *Brasser* c'est mélanger en tournant comme les aiguilles d'une horloge tandis que *battre* veut dire que les tours de cuiller sont en profondeur.

Quand il s'agit *d'envelopper*, par exemple dans la pâte des blancs d'œufs battus en neige: il faut couper la pâte avec la cuiller, et retourner cette cuillerée sur les œufs avec des gestes doux. Couper et retourner jusqu'à ce que le mélange soit opéré mais pas une fois de plus et toujours avec précaution.

LA CUISSON

Pour réussir en cuisine il faut cuire les plats à la chaleur qui leur convient, C'est là tout le secret du succès. Qui dira combien de mets préparés avec un soin jaloux ont été gâtés par un four trop chaud ou trop lent? Un bon thermomètre aurait évité ces malheurs! Quand il n'y a pas de thermomètre fixe pour indiquer exactement la température du four, il faut s'en procurer un, du genre qui se met dans le four au lieu d'être fixé sur la porte. Ces instruments, qui d'ailleurs ne coûtent pas très cher, sont vite payés si on compte les soucis et les déceptions qu'ils évitent.

Il existe aussi dans le commerce des thermomètres pour indiquer la température de la graisse de friture, du sucre — qu'il s'agisse de bonbons ou de confitures — et de la viande qui rôtit dans le four.

Les recettes de ce livre, nous le répétons, préparées pour tirer le meilleur parti possible des merveilleuses qualités de la farine Five Roses, ne donneraient pas les mêmes résultats avec une farine d'un autre type.

Ce n'est pas la recherche dans les aliments qui fait la bonne table mais bien la façon intelligente de les apprêter et de les servir.

A Defaut de:

Poudre à pâte: ½ c. à thé de crème de tartre et ¼ c. à thé de soda à pâte pour 1 c. à thé de poudre à pâte.

Lait: ½ tasse de lait évaporé et ½ tasse d'eau pour 1 tasse de lait doux; ⅞ tasse de café pour 1 tasse de lait. Ajouter ½ c. à thé de soda à pâte à 1 tasse de lait sûr et réduire la poudre à pâte à 1 c. à thé par tasse de farine si la recette demande du lait doux.

1 tasse de lait doux et 1 c. à soupe de jus de citron ou de vinaigre pour une tasse de lait sûr.

Sucre blanc: 1 tasse de miel et ¼ c. à thé de soda pour 1 tasse de sucre blanc. Diminuer le liquide de la recette de 3 c. à soupe pour chaque tasse de miel employée. 1½ tasse de cassonade pour 1 tasse de sucre blanc.

Chocolat pas sucré: 3 c. à soupe de cacao en poudre et 1 c. à soupe de gras pour 1 carré (1 once) de chocolat pas sucré.

Beurre: (pour la pâtisserie en général). 1 tasse de bonne graisse à pâtisserie et ½ c. à thé de sel fin pour 1 tasse de beurre.
⅞ de tasse de saindoux, 2 c. à soupe de liquide et ½ c. à thé de sel fin pour 1 tasse de beurre.

Oeufs: Il vaut mieux choisir une recette de gâteau ou de galettes exigeant moins d'oeufs que de compenser la soustraction en ajoutant du liquide et de la poudre à pâte. Dans une sauce ou une crème pâtissière, on peut remplacer 1 œuf par 2 c. à soupe rases de farine Five Roses.

Ecorces confites: Marmelade d'orange.

Essence d'orange ou de citron: Un peu de zeste d'orange ou de citron finement râpé.

Bouillon: 1 c. à thé d'extrait de bœuf ou 1 carré de bouillon concentré dissous dans 1 tasse d'eau bouillante pour 1 tasse de bouillon.

Fécule de maïs: 2 c. à soupe rases de farine Five Roses pour 1 c. à soupe de fécule de maïs (pour épaissir sauces ou crèmes pâtissières).

Macarons: Des miettes de gâteau saupoudrées de sucre et d'essence d'amande, puis dorées au four, remplacent les macarons écrasés ou les noix quand il s'agit de décorer gâteaux ou bouchées de fantaisie.

Aide-Memoire

3 c. à thé = 1 c. à soupe 4 c. à soupe = ¼ de tasse 1 tasse = 16 c. à soupe

Les Conserves

8 onces	=	1 tasse
pique-nique	=	1¼ tasse ou 10 onces
No 1	=	2 tasses ou 16 onces
No 2	=	2½ tasses ou 20 onces
No 2½	=	3½ tasses ou 28 onces
No 3	=	4 tasses ou 32 onces
No 10	=	13 tasses ou 5 livres, 10 onces

Gras

2 c. à soupe de gras	1 once
1 tasse de gras	½ livre
¼ tasse de suif haché	1 once

Farines

4 tasses de farine Five Roses sassée	1 livre
3½ tasses de farine Graham	1 livre
3 tasses de farine d'avoine	1 livre
3 tasses de farine de blé d'inde	1 livre

Farineux

9 biscuits sodas salés moulus	1 tasse
11 biscuits au son moulus	1 tasse
3 ou 4 pommes de terre (moyennes)	1 livre
2⅓ tasses de riz	1 livre

Gélatine

2½ c. à soupe de gélatine	1 once
1 c. à thé de gélatine et 1 tasse de liquide	1 tasse de gelée

Sucres

2¼ tasses de sucre granulé	1 livre
2⅔ (environ) tasses de cassonade	1 livre
3½ tasses de sucre en poudre	1 livre

Fruits

3 tasses de raisin sans noyau	15 onces
3¼ tasses de raisin épépiné	15 onces
3 tasses de raisin de corinthe (combles)	1 livre
2½ tasses de dattes	1 livre
3 tasses de figues	1 livre
4 tasses écorces confites	1 livre
1 citron	3 ou 4 c. à soupe de jus
zeste râpé d'un citron	1½ c. à thé
1 orange	6 à 8 c. à soupe de jus
zeste râpé d'une orange	1 c. à soupe

Condiments

16 bouchées de guimauve	¼ livre
1 carré de chocolat pas sucré	1 once
1 tasse de ncix hachées	¼ livre
4à 6 tasses de noix de coco râpée	1 livre
4 c. à soupe d'épices moulues	1 once
2 c. à soupe de sel	1 once

Fromages

4 tasses de fromage canadien râpé	1 livre
6⅔ c. à soupe de fromage à la crème	1 paq. de 3 on.

Boeuf	temp. du four	min. par livre
saignant	300–350°	18–20
médium	300–350°	22–25
bien cuit	300–350°	27–30
Mouton	300–350°	30–35
Porc frais	300–350°	35–40
Jambon	300–350°	20–30
Veau	300°	30

Quand le rôti est roulé, ajouter 10–15 min. par livre.

Boeuf (*bifteck*)	saignant min.	médium min.	bien cuit min.
1 pouce	15	18–20	25
1½ pc.	20	25–30	40
2 pcs.	30	35–40	50

Agneau (*côtelettes et tranches*)	min.
1 pouce	12
1½ pc.	18
2 pcs.	22

Jambon (*tranches*)	min.
½ pouce	12–20
1 pouce	20–30

Bacon (*tranches*)	min.
	5

Volaille	temp. du four	min. par livre
Poulet	325–350°	22–30
Canard	325–350°	20–25
Oie	325–350°	25–30
Dinde	250–325°	15–25

Les Céréales

DIVERSES FACONS DE LES SERVIR



Les céréales méritent une place de choix dans l'alimentation. Riches en vitamines et en sels minéraux, elles fournissent à l'organisme des éléments d'énergie facilement assimilés. Si on regarde leur valeur alimentaire, on s'aperçoit que les céréales prennent place parmi les aliments bon marché.

Tout comme les grandes personnes, les enfants apprécient la variété dans l'ordinaire et les céréales qui constituent pour eux un aliment de choix doivent leur être présentées de façon appétissante et sans trop de répétitions monotones.

Les céréales prêtes à servir ont bien leurs bons points mais dans un climat froid il n'est rien, pour le souper et le déjeuner des petits, comme un bon bol de gruau fumant, qu'il soit préparé avec de l'avoine, du blé ou du blé d'Inde.

Les céréales se digèrent facilement quand elles sont bien cuites et elles ont une saveur de noix très agréable. Comme une cuisson lente et prolongée améliore la saveur des céréales il est bon de les mettre cuire au bain-marie ou dans notre équivalent d'une marmite norvégienne.

Blé cassé et céréales Five Roses viennent du même fabricant que la farine Five Roses. Il est possible d'en préparer toutes sortes de plats délicieux en plus du gruau ordinaire.

CUISSON DES CEREALES FIVE ROSES

1 tasse de céréales Five Roses — **1½ c. à thé de sel**
5 tasses d'eau bouillante

Ajouter le sel à l'eau bouillante — dans la section supérieure du bain-marie. Mesurer les céréales, puis les laisser graduellement tomber à travers les doigts dans l'eau bouillonnante. Brasser vivement jusqu'à l'ébullition du mélange. Cuire directement sur le feu pendant 5 minutes, puis remettre au bain-marie, couvrir et cuire pendant 45 minutes, en brassant de temps en temps.

Cette quantité donnera environ 5 tasses de gruau ou suffisamment pour 5 ou 6 personnes.

CUISSON DU BLE CASSE FIVE ROSES

1 tasse de blé cassé Five Roses — **1 c. à thé de sel**
3½ à 4 tasses d'eau bouillante

Quand le gruau doit passer la nuit au feu, employer une plus grande quantité d'eau. Mettre le sel dans l'eau bouillante. Verser lentement le blé cassé en agitant. Cuire directement sur le feu pendant 5 minutes, brassant occasionnellement pour l'empêcher de prendre au fond. Placer dans le bain-marie ou dans la marmite norvégienne et continuer la cuisson pendant 2 heures ou plus. Le gruau de blé cassé Five Roses cuit toute la nuit, a une saveur très agréable.

Pour varier, on peut ajouter au gruau des dattes, du raisin ou des figues hachées pendant les dernières dix minutes de la cuisson, ou encore verser les fruits sur chaque portion. La cassonade, le sucre d'érable râpé, le sirop d'érable ou le miel donnent une saveur délicate au gruau.

CEREALES FIVE ROSES ROTIES

Placer les céréales cuites, encore chaudes, dans un moule à pain étroit ou dans une boîte de poudre à pâte d'une livre, rincée à l'eau froide. Tailler des tranches d'un demi-pouce d'épaisseur, les passer dans la farine Five Roses et les faire revenir dans un peu de beurre, ou avec une grillade de lard. Servir avec du sirop d'érable.

CEREALES CUITES AU FOUR ET SAUCE AU FROMAGE

Former des galettes avec les restes des céréales cuites. Les placer dans une lèchefrite graissée, mettre un pois de beurre sur chaque galette, saupoudrer de fromage râpé. Cuire à four lent jusqu'à ce que le fromage devienne croustillant. Servir avec une sauce blanche, au fromage ou aux tomates.

"BOUCHEES" FIVE ROSES

2 tasses de céréales chaudes cuites **sel, poivre et épices à volaille**
1 tasse de viande cuite (saucisse, porc frais, jambon ou bacon)

Ajouter la viande aux céréales cuites et chaudes. Assaisonner au goût de sel, de poivre et d'épices à volaille. Ajouter si l'on veut un peu d'oignon. Mettre refroidir dans des boîtes de poudre à pâte d'une livre, (passées à l'eau froide), ou dans de longs moules étroits. Faire des tranches d'un demi-pouce d'épaisseur, les passer à la farine Five Roses; frire dans une graisse chaude jusqu'à ce qu'elles soient d'un brun doré.

Les restes de morue ou d'autre poisson s'emploient au lieu de viande. Pas d'épices à volaille dans le mélange au poisson, mais 1 œuf, 1 c. à soupe de beurre et un peu de persil haché relèvent la saveur.

CEREALES EN MOULES AVEC FRUITS

Verser les céréales cuites et chaudes dans des moules individuels ou bols à crème cuite, rincés à l'eau froide. Mettre au froid. Retourner sur des assiettes à dessert. Présenter avec compotes de figues, tranches de pêches ou petits fruits en conserves.

TRANCHES DE CEREALES FIVE ROSES AU FROMAGE

3 tasses de céréales cuites
1½ tasse de fromage râpé
sel, poivre et sel de céleri
½ c. à thé de paprika
½ c. à thé de sauce Worcestershire

Ajouter le fromage et les condiments aux céréales quand elles sont cuites et remettre au bain-marie pendant 10 minutes. Verser dans un moule à pain et laisser refroidir. Couper en tranches, passer à la farine Five Roses, frire dans du beurre ou du gras de bacon et laisser délicatement brunir. Servir avec une sauce aux tomates. On peut ajouter un ou deux œufs au mélange.

POUDING DE CEREALES AU FOUR

2 tasses de céréales Five Roses cuites
1 c. à thé de vanille
2 tasses de lait
1 tasse de raisin épépiné
½ tasse (ou plus) de sucre
2 oeufs
1 boîte ou une chopine de pêches tranchées

Ajouter la vanille et le lait aux céréales cuites et chaudes. Battre légèrement les jaunes d'œufs avec le sucre, les ajouter. Egoutter les pêches en gardant le jus pour la sauce. Mettre les pêches et le raisin dans une lèchefrite graissée, couvrir avec le mélange de céréales et d'œufs. Cuire à four modéré (350°F.) environ 40 minutes. Faire une meringue avec les deux blancs d'œufs et 3 c. à soupe de sucre, en garnir le pouding. Dorer au four.

RESTES DE CEREALES ET BLE CASSE FIVE ROSES

On peut ajouter les restes de gruau à la pâte à crêpe ou à biscuits, aux ingrédients des poudings à la vapeur, à la pâte à pain avec ou sans levain. Si les restes de gruau ont durci, y ajouter un peu d'eau chaude et brasser fermement avec une fourchette avant de les mêler aux nouvelles pâtes. Dans la marmite de soupe, les restes de gruau ont leur place. Ils épaississent le jus, augmentent la valeur nutritive du mets et lui donnent une saveur riche et appétissante.



LES CEREALES FIVE ROSES

de blé granulé ou de blé cassé constituent pour les enfants comme pour les adultes une nourriture saine et fortifiante. Peut-on imaginer rien de plus délicieux pour le déjeuner ou le souper qu'un grand bol de gruau de blé servi avec de la crème et du sucre du pays?

Le Pain

FAIT A LA MAISON



Le pain fait à la maison est le meilleur, tout le monde le sait. Jeunes et grands ne sont pas lents à se vanter que chez eux, le pain est fait à la maison. Il faut voir les regards d'envie qui saluent cette déclaration. Pour la ménagère c'est toute une noblesse que de réussir du bon pain et pourtant la chose est facile comme tout une fois que le tour est pris.

Pour faire du bon pain, il faut naturellement une farine de toute première qualité et c'est probablement la raison de la popularité constante de la farine Five Roses. Mais le meunier a beau présenter une farine impeccable, ses efforts seront vains si l'épicier d'abord, et puis la maîtresse de maison ne prennent pas soin de leur farine. La farine devrait toujours être placée dans un endroit sec. Elle se conservera parfaitement durant plusieurs mois à une température de 70° F. ou moins tandis qu'elle perdra de ses qualités à la chaleur. Comme la farine prend facilement l'odeur environnante, il faudra la placer loin de tout ce qui pourrait l'affecter de cette façon comme oignons, huile de charbon, goudron, etc., etc. Si la farine est mise au froid, durant l'hiver il faudrait en garder chaque fois assez pour une fournée de façon à pouvoir la réchauffer à fond avant de commencer le pain.

La levure a fonction de faire lever la pâte. On emploie selon les circonstances, la levure sèche ou la levure comprimée.

La levure comprimée se développe très vite, elle est active. C'est justement pour cette raison qu'elle se conserve peu. Quand elle est molle ou spongieuse, ou encore striée de courants foncés, il faut la jeter.

La levure sèche étant bien plus stable, elle se conserve pendant assez longtemps. Elle est donc tout indiquée quand on ne peut pas se procurer régulièrement et promptement la levure comprimée. La levure sèche doit être gardée dans un endroit frais et sec, on ne doit pas l'exposer à l'air. Quand elle est cassante et qu'elle se brise en morceaux nets, c'est qu'elle est en bon état. Du moment qu'elle s'émiette sous les doigts, il faut la jeter, elle ne vaut rien.

La levure faite à la maison avec des patates rend bien des services à la campagne durant l'hiver. Elle comprend soit de la levure sèche, soit de la levure comprimée. Le pain contenant ce mélange de patate sera préparé et mis au four en quelques heures. Comme il n'est nul besoin de laisser lever le pain toute la nuit, on évite le risque qu'il ait froid et retombe quand la maison est moins chaude que durant le jour. La levure comprimée est mise dans ¼ de tasse d'eau tiède avec quelques grains de sel pour amollir.

Quant à la levure sèche, on la met dans ⅓ de tasse d'eau tiède qu'on laisse dans un endroit chaud durant 30 minutes avant de l'ajouter à la pâte à pain.

Pas assez de levure veut dire bien des fournées qui sûrissent ou prennent mauvais goût et la pâte qui met trop de temps à lever a plus de chance qu'une autre de ramasser les impuretés qui sont dans l'air.

Pain qui va lever toute la nuit: ½ carré de levure comprimée ou 1 gâteau de levure sèche pour chaque tasse de liquide.

Pain qui va lever en 5 heures: 2 carrés de levure comprimée pour 4 tasses de liquide ou procéder selon la recette de pain avec patate.

La pâte qui contient du beurre, du sucre et des œufs a besoin de plus de levure ou elle mettra plus de temps à lever que l'autre.

Liquide: Le liquide dans la pâte à pain peut être de l'eau, du lait, du lait écrémé, ou l'eau des patates. Les médecins recommandent que les enfants mangent un pain au lait.

Comme la chaleur continue qui permet à la levure de se développer peut sûrir le lait, il faut toujours commencer par le faire bouillir puis le refroidir et l'ajouter à la levure quand il est tiède.

AUTRES INGREDIENTS QUI ENTRENT DANS LE PAIN

Le sel ajouté au pain améliore la saveur, retarde la fermentation, en plus d'avoir une action marquée sur le gluten de la farine.

Le sucre ajoute à la saveur, hâte l'action de la levure et permet une croûte plus dorée. Une cuillerée à soupe de sucre entre dans la pâte pour chaque pain pas sucré. Bien qu'une petite quantité de sucre hâte l'action de la levure, plus de sucre la rend beaucoup plus lente.

Le gras peut être du beurre, une graisse à pâtisserie ou un mélange des deux mais son addition donne une croûte et une mie plus tendres. Une cuillerée à soupe de gras par pain suffit. Trop de gras retarde l'action de la levure.

Les œufs ajoutent à la légèreté du pain et des brioches autant qu'à leur valeur nutritive. Ils retardent l'action de la levure.

Il faut penser que chaque fois que la pâte contient des œufs, ou plus de gras et de sucre que le pain ordinaire, il faudra plus de levure ou plus de temps pour lever.

LA TEMPERATURE

La température est le point délicat dans la préparation du pain. *Pas* de farine froide. Par temps froid, il faudra peut-être réchauffer la farine et c'est facile en la sassant devant le four ouvert s'il est chaud. Si on a un thermomètre, le placer dans la farine et voir à ce qu'il monte jusqu'à 80 ou 90°. Quand la provision de farine pour l'hiver est au froid, il faudrait en garder dans la maison plein une grande boîte de fer-blanc pour l'avoir prête au besoin.

La température du lait ou de l'eau a aussi son importance. Chauds, ils tueront la levure. A défaut de thermomètre, on peut vérifier la température du liquide en laissant tomber quelques gouttes sur le poignet là où on prend le pouls. Le liquide sur le poignet doit être ni chaud ni froid.

Les bols et autres ustensiles seront au moins tièdes.

Si le gras est fondu avant d'être ajouté à la pâte, il ne doit pas être brûlant, ni même franchement chaud.

PREPARATION DU PAIN

Faire bouillir le liquide pour détruire les bactéries qui pourraient entraver l'action de la levure. Stériliser les ustensiles. Tout le long de la préparation du pain il faut une asepsie parfaite.

Ajouter le gras, le sucre et le sel au liquide chaud. Laisser tiédir.

Ajouter le gâteau de levure amolli au préalable tel qu'indiqué.

Ajouter la farine, sassée une fois avant d'être mesurée.

ON AJOUTE LA FARINE

Il y a deux manières d'ajouter la farine à la pâte.

Pâte éponge ou à deux temps: Ajouter la moitié de la farine au mélange de liquide et de levure. Brasser jusqu'à ce que ce soit lisse. Laisser lever dans un endroit modérément chaud. Quand la pâte est légère, ajouter le reste de la farine ou assez de farine pour avoir une pâte molle qui ne colle pas. Pétrir jusqu'à ce que la pâte soit lisse et élastique — environ dix minutes. Finir comme une pâte ordinaire.

PATE ORDINAIRE

Ajouter la moitié de la farine au mélange de liquide et de levure. Mélanger à fond, à l'aide d'un couteau ou d'une cuiller de bois. Ajouter le reste de la farine ou assez pour avoir une pâte de la consistance voulue. Comme la pâte faite avec la farine Five Roses prend de la consistance quand elle lève, il faut la laisser plutôt molle, aussi molle qu'on peut la travailler sans complication.

LE PETRISSAGE

Pétrir la pâte distribue les cellules de levure et les bulles d'air, développe le gluten et rend la pâte lisse.

On pétrit la pâte avec la partie de la main qui touche au poignet et non avec les doigts. Plier la pâte en venant vers soi, la repousser avec la main tout en lui faisant faire un quart de tour, voilà les mouvements du pétrissage. Continuer le pétrissage jusqu'à ce que la pâte soit une masse lisse qui ne colle ni aux mains ni à la planche. Quand la pâte est à point, la placer dans un bol graissé assez grand pour en contenir trois fois plus. Tourner la pâte une fois ou deux fois dans le bol pour qu'elle soit graissée un peu partout et ne fasse pas une croûte. Cette façon de procéder est plus pratique que l'ancienne mode d'étendre un peu de beurre ou de graisse sur le dessus de la boule de pâte, ce qui quelque fois mettait des courants foncés dans le pain.

Couvrir la pâte avec un linge propre et un couvercle de fer-blanc, la placer dans un endroit modérément chaud. Laisser lever et doubler de volume ou jusqu'au moment où toucher légèrement laissera une marque tant la pâte est légère et tendre. Seulement si la pâte est tellement élastique que l'impression du doigt disparaît tout de suite, laisser lever encore un peu. La pâte préparée avec la farine Five Roses va lever jusqu'à 2¼ et 2½ fois son volume avant de réagir ainsi.

Il faut arrêter la pâte de lever juste au bon moment. Si elle attend trop longtemps avant d'être écrasée ou pétrie, elle développera un goût sûr désagréable et le gluten perdra une partie de ses propriétés. Tandis que la plupart des cuisinières for-



Farine Enrichie **FIVE ROSES**



FIVE ROSES
FARINE ENRICHIE
Farine Enrichie
FIVE ROSES

forment la pâte en pains quand elle atteint ce stage, d'autres se contentent de la presser et de la tourner avant de la laisser lever une deuxième fois. La pratique a du bon parce que la pâte qui lève une deuxième fois donnera un pain ayant une meilleure texture.

LA MISE EN PAINS

La mise en pains est l'un des moments critiques de toute la préparation du pain. Trop manipuler la pâte va gâter l'élasticité du gluten avec le résultat que la pâte lèvera lentement dans les moules; une fois au four les pains ne deviendront pas dodus. La mie sera plus foncée que d'habitude et jaunâtre, le grain du pain sera grossier et la texture plutôt rude. En soignant la mise en pains, bien des cuisinières ont grandement amélioré la texture et le goût de leur pain.

Pour mouler les pains, on plonge la main dans la pâte, on ramène les côtés vers le centre jusqu'à ce que le tout soit réduit à son volume original. Verser la pâte sur une planche, la diviser en portions égales. Prendre chaque morceau de pâte, le replier dans les mains plusieurs fois pour qu'il devienne lisse, le rouler sur la planche de façon à ce qu'il soit un peu plus long que le moule dans lequel il ira. Le mot d'ordre est vitesse et légèreté. Placer la pâte dans le moule légèrement graissé. Elle doit le remplir seulement à moitié. Fermer hermétiquement pour qu'il ne se forme pas de croûte sur le dessus, placer dans un endroit chaud, loin des courants d'air. Laisser doubler de volume.

LA CUISSON

Le meilleur pain se cuit dans un four modérément chaud. Trop de chaleur empêche la pâte de lever à fond. Des pains de grosseur ordinaire se trouvent bien d'un four à 375°.

Premier quart de la cuisson: La pâte continue à lever.

Deuxième quart de la cuisson: La croûte prend forme et un peu de couleur.

Troisième quart de la cuisson: Le centre du pain cuit et la croûte continue de brunir.

Quatrième quart de la cuisson: Le pain se retire des côtés du moule, il a bruni également partout. Les pains sonnent le creux quand on frappe sur le fond.

LE TEMPS DE REFROIDIR

Il ne faut pas que le pain chaud reste dans les moules quand il sort du four. On l'enlève sur le champ et on le tourne sur un gril ou un linge propre pour permettre à l'air de le refroidir promptement. Pour avoir une croûte molle et tendre, brosser le dessus des pains avec du beurre fondu, deux ou trois minutes avant de les sortir du four. N'enveloppez jamais le pain dans un linge.

Comme le pain sec absorbe la fraîcheur d'un pain frais, il ne faut pas encombrer la boîte à pain avec les restes de pain sec. Le pain sec peut encore servir. Séché dans un four doux, il sera passé au moulin à viande et les miettes séparées. Les plus fines sont parfaites pour les croquettes et la friture en général, tandis que les autres serviront dans des poudings.

LA PATE A EU FROID

Quand la pâte a eu froid, on peut la réchauffer en plaçant le bol qui la contient dans une marmite d'eau chaude (95° à 100° F.) La pâte est tournée au fur et à mesure que la portion qui touche le fond du bol réchauffe. Il faut prendre soin que la pâte n'ait pas trop chaud.

RECETTE MODELE DE PAIN BLANC

Méthode rapide avec levure comprimée.

2 carrés de levure comprimée
1/3 tasse d'eau tiède
2 tasses de lait bouilli
2 tasses d'eau bouillante
4 c. à soupe de graisse
4 c. à soupe de sucre
1 c. à soupe de sel
12 tasses de farine Five Roses (environ)

Faire amollir la levure dans l'eau tiède. Combiner l'eau bouillanteetlelait, ajouter le sel, le sucre et la graisse. Laisser refroidir et quand c'est tiède, ajouter la levure amollie. Ajouter la farine pour donner une pâte de bonne consistance. Bien mélanger. Placer sur une planche enfarinée et pétrir de la façon expliquée dans les pages précédentes. Placer dans un bol graissé, couvrir hermétiquement. Laisser lever et doubler de volume. Quand la pâte est légère, la replier et laisser lever à nouveau. Quand la pâte est légère, mettre en pains et placer dans des moules graissés. Laisser lever à 2½ fois le volume. Cuire à four modérément chaud (375° F.) 60 minutes.

En commençant la veille: Employer seulement ½ carré de levure comprimée, Mélanger et préparer la pâte selon les instructions. Couvrir hermétiquement et laisser lever toute la nuit à une température de 75° F. Le matin, finir le pain comme avec la méthode rapide.

En employant de la levure sèche: Employer un gâteau de levure, mettre tremper dans 1/3 tasse d'eau tiède durant 30 minutes. Mélanger et pétrir la pâte tel qu'expliqué. Couvrir hermétiquement et laisser lever toute la nuit à une température de 75°F. Le matin terminer le pain comme dans la méthode rapide.

La recette modèle donnera quatre pains de grosseur ordinaire.

LEVURE DE PATATE

1 patate plutôt grosse
4 tasses d'eau
1 gâteau de levure sèche
1 c. à soupe de sucre
1 c. à thé de sel

Casser et mettre fondre la levure durant 30 minutes dans ½ tasse d'eau tiède. Laver, trancher et faire bouillir la patate. Ecraser la patate dans son eau, y ajouter sucre et sel. Laisser tiédir. Ajouter la levure qui a trempé et, si c'est nécessaire, assez d'eau tiède pour avoir en tout 4 tasses de liquide. Couvrir et garder dans un endroit chaud (80°F) pendant 12 heures ou plus. Après ce temps, la préparation peut servir tout de suite ou bien être versée dans un pot stérilisé, fermée hermétiquement et placée dans un endroit frais pour servir au besoin.

PAIN A LA LEVURE DE PATATE

4 tasses de levure de patate tiède
4 c. à soupe de sucre
4 c. à soupe de graisse
1 c. à soupe de sel
11 à 12 tasses de farine Five Roses

Incorporer lentement le sucre et la graisse à la levure de patate. Sasser la farine et le sel dans un grand bol. Mélanger le mélange de levure et assez de farine pour avoir une pâte plutôt ferme. Pétrir et préparer comme d'habitude. Le pain fait d'après cette recette peut se commencer tôt le matin et être au four avant midi. Donne 4 pains de grosseur ordinaire.

PAIN BLANC, PATE EPONGE

Pâte éponge: 2 tasses d'eau tiède, 1 gâteau de levure sèche, 4 tasses de farine Five Roses. Le soir, casser et mettre tremper la levure 30 minutes dans l'eau tiède. Ajouter assez de farine pour avoir une pâte épaisse. Travailler jusqu'à ce que la pâte soit lisse. Couvrir. Laisser toute la nuit, à 70 deg. F.

Cette pâte éponge sert de base à toutes sortes de pains, brioches et petits pains.

POUR FAIRE LA PATE

Pâte éponge, légère
1 c. à soupe de sel
4 c. à soupe de sucre
4 c. à soupe de graisse
2 tasses d'eau ou de lait
7½ tasses de farine Five Roses (environ)

Tôt le matin, faire bouillir l'eau ou le lait, y ajouter le sel, le sucre et la graisse. Quand c'est tiède, brasser ce liquide dans la pâte éponge qui a déjà levé. Ajouter assez de farine pour avoir une pâte molle mais qui ne colle pas. Pétrir selon les instructions et continuer comme pour la recette modèle de pain blanc.

AVEC UNE SEULE RECETTE DE PATE EPONGE ON PEUT FAIRE QUATRE PAINS DIFFERENTS

Pour varier, on fera quatre sortes de pain avec une seule recette de pâte éponge. Préparer la pâte comme pour le pain blanc à base de pâte éponge. Le matin brasser la pâte déjà levée avant de la séparer en quatre.

PAIN ORDINAIRE

1 tasse de pâte éponge
½ tasse d'eau ou de lait tiède
1 c. à thé de sel
1 c. à soupe de sucre
1 c. à soupe de graisse
2 tasses de farine Five Roses ou assez pour avoir une pâte plutôt épaisse

Faire dissoudre le sel et le sucre dans le liquide tiède et mélanger à la pâte éponge. Ajouter la graisse molle et la farine. Pétrir jusqu'à ce que la pâte soit lisse. Couvrir et laisser lever une fois ou deux jusqu'à ce que le volume ait doublé. Mouler légèrement en forme de pain et placer dans un moule graissé. Laisser lever jusqu'à ce que le volume ait doublé. Cuire à four modérément chaud, 50 minutes environ.

PAIN AU RAISIN OU AUX NOIX

1 tasse de pâte éponge
½ tasse d'eau ou de lait tiède
1 c. à thé de sel
⅔ tasse de raisins ou de noix, ou un mélange des deux
4 c. à soupe de sucre
2 c. à soupe de graisse
2 tasses de farine Five Roses ou assez pour avoir une pâte assez épaisse

Procéder comme pour le pain blanc. Une fois la pâte bien pétrie, y incorporer les noix et les raisins poudrés de farine. Laisser lever, mettre en moule. Laisser lever de nouveau puis mettre au four.

PAIN AVEC FARINE DE BLE ENTIER

1 tasse de pâte éponge
¾ tasse d'eau ou de lait tiède
1 c. à thé de sel
1 tasse de farine Five Roses
3 c. à soupe de sucre ou de mélasse
1 c. à soupe de graisse
1 tasse de farine de blé entier

Faire dissoudre le sel et le sucre dans le liquide tiède. Incorporer ce liquide dans la pâte éponge. Ajouter la graisse molle, la farine de blé entier et suffisamment de farine blanche pour avoir une pâte plutôt molle. Pétrir jusqu'à ce que la pâte soit lisse. Laisser lever et doubler de volume avant de former en moule. Laisser lever dans un moule graissé jusqu'à ce que le volume ait presque doublé de nouveau. Cuire à four modérément chaud (360-375 F.) 1 heure environ. On peut ajouter du raisin ou des noix à cette pâte au moment du premier pétrissage.

PAIN AU CACAO

1 tasse de pâte éponge
⅔ tasse d'eau ou de lait tiède
1 c. à thé de sel
⅓ tasse de sucre
⅔ tasse de raisin ou de noix (facultatif)
2 c. à soupe de graisse
4 c. à soupe de cacao
2 ¼ tasses de farine Five Roses (assez pour avoir une pâte plutôt molle).

Faire dissoudre le sel et le sucre dans le liquide tiède et ajouter le tout à la pâte éponge. Ajouter la graisse molle, le cacao et la farine. Mélanger et pétrir comme du pain ordinaire mais en gardant la pâte un peu plus molle. Finalement ajouter les noix et le raisin poudrés de farine. Laisser lever; former en pain et mettre en moule. Laisser lever encore une fois et cuire comme le pain ordinaire.

PAIN A L'ORANGE

1 gâteau de levure comprimée
¼ tasse d'eau tiède
1 c. à soupe de sucre
½ tasse d'eau bouillante
½ tasse de jus d'orange
4 tasses de farine Five Roses
⅓ tasse de sucre
¼ tasse de graisse fondue
1½ c. à thé de sel
2 jaunes d'œuf ou 1 œuf entier
⅓ tasse de pelure d'orange confite (ou le zeste d'une orange ou deux)

Ajouter 1 c. à soupe de sucre à l'eau tiède puis la levure cassée en miettes. Laisser reposer jusqu'à ce que la levure soit molle. Ajouter le jus d'orange à l'eau bouillante et quand c'est tiède, la levure et 1½ tasse de farine. Brasser jusqu'à ce que le mélange soit lisse. Laisser reposer dans un endroit chaud jusqu'à ce que la pâte soit légère et pleine de bulles d'air. Ajouter le sel, l'œuf battu, le reste du sucre, la graisse, la pelure d'orange et assez de farine pour avoir une pâte bonne à pétrir. Pétrir à fond. Laisser lever jusqu'à ce que le volume ait doublé. Tourner sur une planche enfarinée; séparer en pains ou en petits pains de fantaisie. Placer dans des moules à pain graissés ou sur une tôle soigneusement graissée. Couvrir; laisser lever et doubler de volume. Cuire à four modérément chaud (375 à 390 deg. F.).

BRIOCHES ET PAIN AUX FRUITS

Suivre la recette favorite de pain blanc, avec du lait comme liquide. Ajouter 2 c. à soupe de plus de graisse et de sucre. Ajouter des écorces confites, des noix et des épices à volonté. Découper en brioches ou en petits pains de fantaisie.

PAIN DE SON, DE BLE ENTIER OU PETITS PAINS

Suivre la recette favorite de pain blanc, en remplaçant la moitié de la farine blanche par de la farine de blé entier ou de la farine Graham. On peut ajouter des dattes, des noix ou du raisin à volonté. Si on suit la méthode éponge, on ajoutera la farine brune à la première pâte.

Brioches, Petits Pains et Pain de Fantaisie

RECETTE MODELE POUR PETITS PAINS



Méthode rapide.

PATE EPONGE

¼ tasse d'eau tiède — **1 carré de levure comprimée**
1 c. à soupe de sucre — **1½ tasse de lait bouilli**
2½ tasses de farine Five Roses

Ajouter le sucre et la levure brisée en morceaux à l'eau tiède. Laisser à la levure le temps d'amollir. Bouillir le lait; le laisser tiédir puis l'ajouter à la levure. Bien mélanger, ajouter assez de farine pour avoir une pâte bien épaisse. Fermer comme il faut et mettre à la chaleur jusqu'à ce que la pâte soit légère et pleine de bulles d'air.

PATE A PETITS PAINS

Pâte éponge bien légère — **1½ c. à thé de sel**
4 c. à soupe de beurre (ou plus) — **farine Five Roses**
2 c. à soupe de sucre (ou plus) — **1 ou 2 œufs**

Battre la pâte éponge jusqu'à ce qu'elle soit lisse; ajouter le beurre fondu mais pas chaud, le sucre. Ajouter le sel et la farine sassée pour avoir une pâte plus molle que la pâte pour le pain. La quantité de farine dépendra de la quantité de beurre et du nombre d'œufs employés. Pétrir. Le secret pour avoir des petits pains mollets et tendres c'est d'employer juste la farine qu'il faut. Garder la pâte molle. Quand elle est lisse, la former en boule et la placer dans un bol graissé. Couvrir avec un linge et un couvercle. Placer à la chaleur le temps de lever et de doubler de volume. (Température 82 à 86 deg. F.). La pâte peut être travaillée et lever une deuxième fois mais ce n'est pas nécessaire. Mettre sur une planche pour tailler et mouler selon le cas.

Quand il entre des œufs dans la recette, défaire ensemble le beurre, le sucre et les œufs comme pour un gâteau.

S'il reste de la pâte, la former en boule, la mettre dans un bol graissé dans la glacière en procédant comme pour les biscuits à la glacière.

RECETTE MODELE POUR PETITS PAINS EN COMMENCANT LA VEILLE

PATE EPONGE

½ tasse d'eau tiède — **1½ tasse de lait bouilli**
1 gâteau de levure sèche — **3½ tasses de farine Five Roses**

Emietter la levure dans l'eau tiède et la laisser tremper 30 minutes. Bouillir le lait, laisser tiédir puis ajouter la levure. Ajouter la farine en brassant. Quand c'est lisse, couvrir et mettre dans un endroit plutôt chaud (75°F.) toute la nuit, ou 10 heures au moins.

PATE A PETITS PAINS

pâte éponge légère
½ tasse de lait bouilli
⅓ tasse (ou plus) de beurre
farine Five Roses
3 c. à soupe (ou plus) de sucre
2½ c. à thé de sel
1 ou 2 œufs (facultatif)

Mélanger exactement comme la recette modèle rapide. Laisser lever, mouler et cuire en suivant les instructions.

PETITS PAINS GRAHAM

Préparer la pâte éponge. En faisant la pâte proprement dite, employer de la farine Graham au lieu de la farine indiquée. Suivre la méthode rapide ou l'autre.

COMMENT MOULER LES PETITS PAINS

Petits pains: Couper un petit morceau de pâte et le mouler dans la main. Placer les boules de pâte ainsi obtenues l'une près de l'autre dans un moule graissé de façon à ce qu'elles lèvent sans s'étendre. Quand le volume a doublé, mettre au four à 425°F. pendant 5 minutes. Baisser la chaleur et finir la cuisson à 400°F.

Trèfles: Diviser la pâte en portions égales, grosses comme des noix. Former en boule et mettre 3 ou 4 de ces boules dans des petits moules à gâteaux bien graissés. Peinturer le dessus de beurre. Couvrir. Laisser lever et doubler de volume. Cuire 15 minutes à 400° ou 425°F.

Tresses: Tailler la pâte devenue légère en lanières grosses comme des crayons. En tourner deux ensemble, les déposer sur une tôle graissée. Laisser lever, passer du beurre fondu sur le dessus et cuire à four chaud. (425°F.)

Pains Parker House: Placer la pâte déjà légère sur la planche enfarinée. Rouler doucement pour avoir une pâte d'un tiers de pouce d'épaisseur. Couper en rondelle avec un moule à galette. Beurrer chaque rondelle. Avec le dos d'un couteau marquer profondément le milieu de chacune, replier sur ce creux, presser les bords ensemble. Placer les petits pains sur une tôle graissée en laissant un pouce entre eux. Beurrer le dessus légèrement, couvrir et laisser plus que doubler de volume. Cuire 15 minutes dans un four plutôt chaud. (425°F.)

PETITS PAINS A LA GLACIERE

Préparer une recette modèle. Laisser doubler de volume, faire tomber et placer dans un bol. Passer dessus avec un pinceau du beurre fondu pour empêcher de faire une croûte. Couvrir d'une serviette puis d'un bon couvercle, encore pour éviter que le dessus sèche. De cette façon, la pâte va se garder presqu'une semaine si la glacière est bien froide. En hiver, la dépense froide fait aussi bien. Mettre la pâte dans une pièce chaude quelque temps avant de s'en servir. Donner la forme voulue; laisser lever et doubler de volume avant de mettre au four.

RECETTE MODELE POUR PAINS DE FANTAISIE

METHODE RAPIDE

Préparer la pâte éponge selon la recette modèle pour les petits pains.

1 à 4 œufs
¼ à ½ tasse de beurre
¼ à ½ tasse de sucre
1 ½ c. à thé de sel
farine Five Roses
raisin, noix ou fruits confits

Laisser la pâte éponge lever et devenir pleine de bulles d'air. La battre pour qu'elle soit lisse. Défaire en crème le beurre, le sucre et les œufs comme pour la préparation d'un gâteau. Ajouter à la pâte. Bien mélanger. Ajouter le sel et 1 tasse de farine. Bien mêler et ajouter assez de farine sassée pour avoir une pâte molle. Pétrir pour avoir une pâte bien lisse. Ajouter maintenant toujours en pétrissant raisin, noix ou fruits. Mettre la pâte en boule, la placer dans un bol pas graissé. Couvrir avec un linge et un couvercle, laisser lever et doubler de volume à 82-86°F. Donner la forme désirée, laisser lever et cuire comme d'habitude.

RECETTE MODELE POUR PAINS DE FANTAISIE EN COMMENCANT LA VEILLE

Préparer une pâte éponge, méthode deux temps, comme pour des petits pains.

1 à 4 œufs
⅓ à ⅔ tasse de beurre
⅓ à ⅔ tasse de sucre
farine Five Roses
2 c. à thé de sel
1 ½ tasse de raisin, ou raisin de Corinthe (facultatif)

Laisser lever la pâte éponge toute la nuit. Le matin, quand elle est légère et toute en bulles d'air, faire retomber et terminer le pain en suivant la méthode rapide.

BRIOCHES AU RAISIN DE CORINTHE

Préparer une pâte sucrée, y ajouter du raisin ou du raisin de Corinthe au premier pétrissage. Quand c'est léger, placer sur la planche enfarinée, diviser en morceaux gros comme un œuf. Former en boules, placer près l'une de l'autre dans un moule légèrement beurré. Peinturer le dessus avec du beurre. Couvrir hermétiquement et laisser lever à 2½ fois le volume. Mettre une vingtaine de minutes dans un four à 375°F. puis réduire la chaleur à 350°F. Glacer avant de sortir du four en passant sur le dessus ½ tasse de lait dans lequel il y a 1 c. à soupe de sucre. Pour des brioches épicées, ajouter de la cannelle au goût.

LES BRIOCHES DU VENDREDI SAINT

Les brioches garnies d'une croix qu'on voit durant la Semaine Sainte sont des brioches au raisin. Quand elles ont à demi levé, couper le dessus de la brioche en forme de croix. Laisser doubler de volume et plus. Cuire comme d'habitude et tandis que la brioche est encore chaude, remplir la croix du dessus avec une glace blanche.

ROULEAU AU SUCRE D'ERABLE

Préparer une pâte sucrée. Quand elle est légère, la tourner sur la planche enfarinée. Abaisser doucement à ¼ de pouce, 15 de large et longeur à l'avenant. Peinturer de beurre, saupoudrer de sucre d'érable et de cannelle. Rouler comme un gâteau à la gelée, en pressant sur les côtés pour bien les coller. Couper en tranches d'un pouce. Beurrer le fond et les côtés de moules à petits gâteaux, saupoudrer généreusement de cassonade ou de sucre d'érable. Placer la coupure dans le fond du moule préparé. Laisser lever et doubler de volume. Cuire 25 minutes environ dans un four 325° à 350° F. Quand le rouleau est cuit, le sortir du moule tout de suite et laisser refroidir sucre en l'air. La pâte est quelquefois plus facile à rouler si on divise la quantité pour faire deux rouleaux au lieu d'un seul.

Ces rouleaux portent différents noms selon qu'ils renferment des noix, du raisin ou des fruits confits.



COURONNE DE NOIX

Préparer une pâte comme pour les rouleaux au sucre d'érable, ajoutant du raisin et du raisin de Corinthe avant de rouler. Préparer un moule épais en y fondant 3 c. à soupe de beurre, ensuite saupoudrer de cassonade. Garnir généreusement de noix pécanes. Couper la pâte en tranches d'un pouce, placer la coupure dans le fond du moule en laissant de la place entre chaque morceau. Couvrir et laisser doubler de volume. Cuire comme les rouleaux au sucre d'érable. Sortir du moule à la sortie du four. Donnera 2 couronnes.



COURONNE SUEDOISE POUR LE THE

Préparer une pâte comme pour le rouleau au sucre d'érable mais en saupoudrant la pâte généreusement de raisin, noix, sucre et épices avant de rouler. Former le rouleau en couronne, joindre les bouts. Placer dans un moule graissé. Faire des entailles profondes dans la pâte à tous les 2 pouces. Tourner un peu les tranches sur le côté. Beurrer le dessus, couvrir et laisser doubler de volume au moins. Cuire à four modéré une trentaine de minutes. Garnir d'une glace blanche et décorer avec des noix. La recette de pain de fantaisie donnera deux couronnes. Diviser le pâte en deux avant de la rouler.

Le Pain Sans Levain



Plusieurs variétés de pains, ou de pâtés ressemblant au pain, se mélangent en un tour de main et vont au four immédiatement. Ces pâtes lèvent grâce à une préparation qui, au contraire de la levure, agit immédiatement.

La poudre à pâte est la préparation ordinairement employée pour faire lever la pâte. Il y a trois types de poudre à pâte en vente au Canada dont une à base d'alun. Si vous employez une poudre à pâte genre "double-action" il faut en mettre seulement la moitié des quantités indiquées dans ce livre.

LA PATE EST PLUS OU MOINS EPAISSE

1. La pâte se verse: c'est pour des crêpes, des gaufres ou des pets de nonnes.
2. La pâte est versée à la cuiller: c'est pour des muffins et tous les gâteaux.
3. La pâte est molle: c'est pour des petits pains chauds, des boulettes, des beignes, etc.
4. La pâte est ferme: c'est pour des galettes, des tartes, etc.

PETS DE NONNES

⅞ tasse de farine Five Roses
¼ c. à thé de sel
1 c. à soupe de beurre fondu
2 œufs
1 tasse de lait

Il faut des moules de fonte, d'aluminium, de verre ou de faïence, ou encore des coupes à cossetardes pour que le moule garde bien la chaleur, et **verser la pâte dans les moules déjà chauds.** S'assurer que le four est chaud avant de commencer à préparer la pâte. Bien beurrer les moules qui vont servir. Employer du beurre à cet effet parce qu'il donne meilleure saveur à la pâte. Mettre les moules au four pendant la préparation de la pâte.

Sasser le sel et la farine dans un bol. Dans un autre bol, battre les œufs jusqu'à ce qu'ils soient épais, puis ajouter le lait. Creuser la farine et graduellement y incorporer le mélange d'œufs et de lait. Ajouter le beurre fondu. Battre vigoureusement la pâte durant une minute à l'aide du moulin pour les œufs. Verser dans les moules bouillants et mettre au four durant 45 minutes environ. Commencer la cuisson à 450-475°F. puis après une quinzaine de minutes descendre le thermomètre à 350°F. pour le reste du temps. Retirer du four aussitôt que c'est cuit et sortir immédiatement des moules. Servir tout de suite. Si le dedans des pets de nonne est trop pâteux, ou s'ils retombent à la sortie du four, c'est qu'ils ne sont pas assez cuits. Servir avec du sirop d'érable, une sauce à l'orange ou encore remplir de petits fruits et garnir de crème fouettée.

Le fameux **Yorkshire Pudding** des Anglais qui selon eux devrait toujours accompagner un rosbif qui se respecte c'est tout simplement une pâte pour pets de nonnes qui est mise à cuire dans un seul grand moule ou plat à pouding. Au lieu de beurrer le moule, y verser un peu du gras de la sauce. Mettre chauffer le moule, y verser ½ pouce de pâte. Cuire comme des pets de nonnes. Quand c'est bien levé, arroser une couple de fois avec un peu de la sauce du rosbif.

PETITS PAINS CHAUDS

Avec une bonne pâte à petits pains chauds, on peut préparer une foule de plats. Cette pâte peut servir au moment du déjeuner, du lunch, de la collation, du thé ou du dîner, sans parler de tous les réveillons du monde. On servira des petits pains chauds quand le pain vient à manquer et, si on désire remplacer économiquement le gâteau du dessert, on servira en lieu et place des petits pains un peu plus riches et sucrés que d'habitude, des petits pains contenant des noix ou du raisin. Des poudings nombreux autant que réputés sont faits comme une pâte de ce genre, cuite au four ou à la vapeur.

Dans le sud, les fruits frais comme les fraises et les pêches sont servis entre deux croûtes de ce type de pâte. C'est le délicieux "shortcake".

La même pâte peut aussi servir à faire des boulettes ou recouvrir un plat de bifteck à la sauce brune, ou un pâté de rognons.

Les petits pains chauds faits avec la farine Five Roses sont légers et délicats. Ils se gardent frais assez longtemps. Les ingrédients employés juste dans la bonne proportion veulent dire que la pâte aura la texture désirée tandis que si la farine ou le liquide sont mesurés au petit bonheur, la pâte sera ou trop sèche ou trop humide. La pâte humide est molle et difficile à manier, elle refuse de lever à fond et le petit pain chaud aura un goût de pain ordinaire. La pâte trop sèche aura aussi difficulté à lever et les petits pains seront raides ou coriaces. Les recettes de ce livre ont été préparées avec beaucoup de soin pour tirer le meilleur parti possible de la bonne farine Five Roses et nous pouvons les recommander sans réserve aucune.

COMMENT MELANGER ET CUIRE LES PETITS PAINS CHAUDS

1. Sasser et mélanger les ingrédients secs.

2. Incorporer le gras — graisse ou beurre — à l'aide de deux couteaux, l'appareil à cette fin ou le bout des doigts.

3. Former un cratère dans les ingrédients secs, ajouter le liquide, lentement, pour avoir une pâte molle. Une fois tout le liquide ajouté, brasser plutôt vigoureusement jusqu'à ce que la pâte laisse les côtés du bol. Cela peut prendre 5 ou 6 bons coups de cuiller pour y arriver.

La pâte est alors molle sans être collante.

La pâte a besoin d'être maniée ni trop, ni trop peu.

Si la pâte est brassée plus que nécessaire, ou trop vigoureusement, les petits pains seront plutôt petits, coriaces et de texture trop serrée. La pâte insuffisamment maniée donne des petits pains qui retombent dans le four au lieu de lever.

Quand la pâte sert pour les petits pains chauds proprement dits, il faut 1 tasse de lait pour chaque 2 tasses de farine Five Roses sassées une fois avant d'être mesurées. La pâte est pétrie très légèrement, pendant quelques secondes, sur une planche très peu enfarinée. Cette méthode aide à bien égaliser la distribution de la poudre à pâte. qui va agir partout de la même façon.

Du moment que la pâte est plus riche, comme pour les petits pains de fantaisie et les cocardes, elle n'est pas pétrie mais seulement abaissée en la tapotant avec la paume de la main, ou roulée en douceur avec le rouleau à pâte. Dans cette pâte plus riche il entre un peu moins de liquide que d'habitude soit 7/8 de tasse de lait pour chaque 2 tasses de farine Five Roses.

Donc, quand la pâte est lisse dans le bol, il s'agit de la tapoter ou de la rouler à l'épaisseur voulue. Excepté dans les cas où la pâte a besoin de pétrissage, il s'agit que la planche soit à peine saupoudrée de farine. Trop de farine laisserait un enduit qui change le goût en plus de gâter un peu l'apparence du produit fini. Couper la pâte avec un découpoir enfariné ou un verre à vin, placer les petits pains sur une tôle graissée.

Le secret des petits pains chauds légers, qui fondent sous la dent, c'est de les faire cuire dans un four chaud. Les cuire de 12 à 15 minutes à une température de 450°F. Au bout de ce temps ils devraient être bien levés et dorés à point.

PETITS PAINS CHAUDS (recette modèle)

2 tasses de farine Five Roses
4½ c. à thé de poudre à pâte
7/8 à 1 tasse de lait (voir instructions)
½ c. à thé de sel
3 c. à soupe de beurre, graisse ou lard fondu

Instructions:—Employer 1 tasse de lait quand la pâte doit servir pour des petits pains ordinaires, et pétrir légèrement. Pour les petits pains de fantaisie, employer 7/8 de tasse de liquide seulement. 1 tasse moins 2 c. à soupe donne 7/8 de tasse.

Pour les petits pains à la crème de tartre et au soda à pâte, employer 2 c. à thé de crème de tartre et 1 c. à thé de soda à pâte au lieu de la poudre à pâte.

Pour les petits pains au lait sur, réduire la poudre à pâte à 2 c. à thé et mettre ½ c. à thé de soda à pâte dans le lait sûr ou dans le lait de beurre, en agitant, juste avant de mêler aux ingrédients secs. Les petits pains ont besoin d'un four chaud, 450°F.

PETITS PAINS VITE FAITS

Cette recette est extrêmement commode, elle se fait en un clin d'œil. Mettre ¼ de tasse de lait de plus que la recette ordinaire. Laisser tomber la pâte par cuillerée sur une tôle beurrée ou dans des petits moules. Cuire comme d'habitude. On peut ajouter du sucre, du raisin, des épices, des noix, etc. On peut aussi ajouter un ou deux œufs, mais dans ce cas il faudra réduire la quantité de liquide de 1 c. à soupe pour chaque œuf.

COMMENT VARIER LES PETITS PAINS CHAUDS

1. Petits pains de blé entier.—Remplacer 1 tasse de farine Five Roses indiquée dans la recette modèle par 1 tasse de farine de blé entier. Mettre ¼ de tasse de graisse. On peut ajouter 1 c. à soupe de mélasse.

2. Petits pains à l'orange.—Ajouter un peu de zeste d'orange râpé à la farine de la pâte à biscuits. Abaisser la pâte, la tailler au découpoir. Plonger des carrés de sucre dans le jus d'une orange, en placer un au centre de chaque biscuit. Cuire à 425°F. durant 15 minutes.

3. Petits pains au beurre d'arachide.—Remplacer la graisse par ¼ de tasse de beurre d'arachide.

4. Gâteaux pour le thé.—Ajouter ¼ de tasse de sucre. Abaisser la pâte, puis tailler au découpoir. Creuser le centre de chaque gâteau ainsi obtenu, y placer une petite cuillerée de confiture, gelée ou marmelade.

5. Petits pains au fromage.—Employer 1 seule c. à soupe de graisse et ½ tasse de fromage canadien râpé.

BRIOCHES ECOSSAISES "Scones"

2 tasses de farine Five Roses
3 c. à thé de poudre à pâte
½ c. à thé de sel
1 c. à soupe de sucre (ou plus au goût)
¼ tasse de beurre ou de graisse
½ tasse de crème ou de lait riche
2 œufs

Battre les œufs bien légers après avoir réservé un peu de blanc d'œuf pour en couvrir le dessus des "scones". Ajouter les œufs à la crème ou au lait. Mélanger comme des petits pains. Abaisser la pâte et couper en carrés ou en triangles de ¾ de pouce d'épaisseur. Etendre les blancs d'œufs au pinceau saupoudrer de sucre et cuire à four chaud (450°F).

Ces brioches sont succulentes farcies avec du beurre et des confitures aux fraises et servies chaudes.

COCARDES

Cette modification de la pâte à petits pains chauds est délicieuse et remplace économiquement le gâteau.

Employer les ingrédients de la recette modèle, augmentant la quantité de gras à ⅓ de tasse et seulement ⅞ de tasse de lait. Ne pas pétrir la pâte. Rouler ou presser la pâte en rectangle; étendre la garniture choisie puis rouler, comme pour un gâteau à la gelée, en commençant par le bout le plus près de soi. Couper en tranches d'un pouce, avec un couteau très bien aiguisé. Coucher les tranches dans une lèchefrite bien graissée. Cuire à 425° F. Sortir de la lèchefrite aussitôt après la cuisson.

Pour donner une saveur de Caramel, préparer la lèchefrite comme suit: Etendre une épaisse couche de beurre d'abord, puis une généreuse couche de cassonade. On peut ajouter du raisin et des noix hachées avant de déposer les tranches de pâte. Ce mélange forme un glacis sirupeux sur les rondelles qui doivent être retournées après la cuisson.

Pour de simples Cocardes au Caramel, couvrir la pâte avec 1/3 de tasse de beurre et de cassonade, puis rouler, couper et cuire tel qu'indiqué.

Les Cocardes aux Fruits et Noix se font en étendant sur la couche de beurre et de cassonade, une couche généreuse de raisin et de noix, avec ou sans épices.

Quand on se sert de moules à biscuits préparés au Caramel pour cuire les cocardes, ce sont alors des "Chelsea Buns".

Les Cocardes à l'Orange se préparent en ajoutant du zeste d'orange râpé à la pâte à biscuits, puis en étendant sur la pâte une crème à l'orange.

Pour faire des Cocardes au Fromage, étendre une couche de fromage à la crème manié pour l'amollir sur la pâte au lieu du mélange de beurre et de sucre.

LE PAIN A BASE DE POUDRE A PATE OU DE SODA

Ces pains sucrés, qu'on fait lever grâce à la poudre à pâte ou au soda, sont très sains, ils ne coûtent pas cher et ils remplacent avantageusement le gâteau dans une foule de cas.

MELANGE DU PAIN

Le pain se fait à peu près toujours de la même manière.

1. Sasser et mesurer les ingrédients secs. S'il entre du son ou une farine de blé complet dans la recette, les ajouter *après* que les autres ingrédients ont été sassés. Ajouter le sucre.

2. Les oeufs - quand la recette en contient - seront battus à fond et combinés aux autres liquides: lait, miel, mélasse ou sirop d'érable selon le cas, à moins que la recette spécifie clairement le contraire.

3. Ajouter au liquide la graisse fondue et *pas chaude*.

4. Faire un creux dans les ingrédients secs, y ajouter le liquide peu à peu, brassant bien après chaque addition. Quand tout le liquide y est, brasser juste assez pour que tout soit bien mélangé.

5. Ajouter maintenant les fruits et les noix saupoudrés de farine, s'il en entre dans la recette. Il ne s'agit pas de brasser vigoureusement mais seulement de les envelopper dans la pâte.

6. Remplir les moules aux deux-tiers seulement. Ne pas laisser la pâte à attendre dans le bol où elle a été délayée.

7. Certaines recettes sont mieux réussies si la pâte est mise à lever de 20 à 30 minutes avant de prendre le chemin du four. Dans ce cas les moules seront couverts soigneusement.

8. Cuire à la température indiquée dans la recette.

9. Une fois le pain cuit, le sortir des moules et le mettre refroidir sur un gril. Attendre pour le serrer qu'il soit parfaitement refroidi. Ce type de pain a besoin de mûrir durant 24 heures avant d'être employé. Le pain serré encore chaud va moisir facilement durant les chaleurs.

PAIN BRUN HYGIENIQUE

2 tasses de Farine Five Roses
2 c. à thé de poudre à pâte
1½ c. à thé de sel
2 c. à thé rases de soda à pâte
3 tasses (ou moins) de lait sûr ou de lait de beurre
2 tasses de farine de blé entier
1 tasse de son
¼ de tasse de miel, de sirop ou de mélasse

Mélanger et cuire selon les instructions. Four à 350°F. Cuisson 1 heure ou 1¼. Quantité: 2 pains. Laisser reposer la pâte 20 minutes dans un endroit chaud avant la cuisson. On peut substituer 1 tasse de farine d'avoine à 1 tasse de farine de blé entier. La farine d'avoine donne une saveur fort appétissante.

LE PAIN AUX NOIX PREFERE

2 tasses de farine Five Roses
3 c. à thé de poudre à pâte
¾ de c. à thé de sel
½ tasse de cassonade
1 œuf bien battu
1 tasse de lait doux
¼ de tasse de graisse fondue
1 tasse de noix hachées
1 tasse de petits raisins (à volonté)
¼ de c. à thé de soda à pâte dissous dans 1 c. à thé d'eau chaude

Mélanger en suivant les instructions générales. Laisser reposer la pâte 20 minutes avant la cuisson. Cuire à four modéré (350°F.) environ 1 heure.

PAIN RAPIDE AU MIEL

1 tasse de farine Five Roses
3 c. à thé rases de poudre à pâte
½ c. à thé de sel
⅛ c. à thé de soda à pâte
1 tasse de farine de blé entier
½ tasse de miel
1 tasse de lait

Combiner le miel et le lait, puis mélanger selon les indications. Délayer le soda dans 1 c. à thé d'eau chaude, l'ajouter en dernier lieu. Avant la cuisson laisser reposer la pâte dans un endroit chaud 20 minutes. Cuire à 350°F. pendant 1 heure. (1 pain de grosseur moyenne. Peut être tranché le même jour.)

PAIN AU BEURRE D'ARACHIDE

2 tasses de farine Five Roses
4 c. à thé de poudre à pâte
¼ de tasse de sucre
½ c. à thé de sel
½ tasse de beurre d'arachide
1⅓ tasse de lait

Mélanger comme d'habitude, en travaillant doucement le beurre d'arachide dans la pâte. Cuire à four modéré (325° à 350°F.) 1 heure.

Pour un pain au beurre d'arachide plus riche, ressemblant à un gâteau, employer 2 œufs. Réduire la quantité de poudre à pâte à 3 c. à thé et le lait à 1 tasse. Augmenter à ½ tasse la quantité de sucre. Ajouter du raisin si l'on préfère.

PAIN A L'ORANGE ET AU MIEL

¼ tasse d'eau
1 tasse de miel
3 tasses de farine Five Roses
4 c. à thé de poudre à pâte
zeste de 2 oranges
pincée de sel
½ c. à thé de sel
1 œuf bien battu
1 tasse de lait
½ tasse de noix hachées
¼ tasse de graisse
½ c. à thé de soda dissous dans
1 c. à soupe d'eau

Passer les écorces d'oranges au hachoir, mais hacher gros. Ajouter ⅓ de c. à thé de soda à pâte, couvrir d'eau et cuire pendant 30 minutes. Couler en jetant le liquide. Ajouter aux écorces ¼ de tasse d'eau et le miel. Faire mijoter jusqu'à consistance de marmelade. Battre l'œuf et y ajouter le lait. Tamiser les ingrédients secs. Ajouter la préparation de lait aux ingrédients secs, un peu à la fois, et battre entre les additions. Quand la compote d'orange est tiède, l'ajouter. Puis, incorporer le soda dissous la graisse et les noix enfarinées. Brasser juste assez pour bien mélanger les ingrédients. Verser dans une lèchefrite à pain bien graissée. Laisser reposer dans un endroit chaud pendant 20 minutes. Cuire à four modéré (350°F.) 1 heure à 1¼ heure. Ce pain est délicieux.

PAIN AUX DATTES ET AUX NOIX FAVORI

1 tasse de dattes hachées
1 c. à thé de soda à pâte
¾ de tasse d'eau bouillante
1 œuf
¾ tasse de cassonade blanche
1 c. à thé de sel (à peine)
1½ tasse de farine Five Roses
1 c. à thé de poudre à pâte
¾ de tasse de noix hachées (au choix)
¼ tasse de graisse fondue (au choix)

Enlever les noyaux et couper les dattes, mettre dans un bol, ajouter le soda, verser l'eau bouillante. Bien mélanger, puis laisser refroidir. Bien fouetter les œufs, ajouter le sucre graduellement, fouetter entre les additions, ajouter le sel. Incorporer au premier mélange. Ajouter les ingrédients secs tamisés et les noix enfarinées. Ajouter la graisse fondue mais non chaude. Bien mélanger. Verser dans une lèchefrite à pain bien graissée et cuire à four modérément lent (300° à 325°F.) 1 heure ou 1¼ heure.

PAIN BRUN FORTIFIANT

2 tasses de farine Five Roses
1 c. à thé de sel
3 c. à thé de poudre à pâte
2 tasses de farine de blé entier
1 œuf
1 tasse de cassonade
¼ tasse de mélasse
2 tasses de lait sur
3 c. à soupe de graisse fondue
1 tasse de dattes hachées
½ tasse de noix de grenoble cassées
1 c. à thé rase de soda à pâte, dissous dans 1 c. à soupe d'eau chaude

Mêler un peu de la farine mesurée aux fruits et noix combinés. Tamiser le reste de la farine avec de la poudre à pâte et le sel. Ajouter la farine de blé entier et le sel. Finir comme indiqué, brassant juste assez pour mélanger les ingrédients. Cuire 1 heure à 1¼ heure à four lent (325°F.). Quantité: 2 petits pains.

PAIN BRUN A LA VAPEUR

2 c. à soupe de mélasse
2 c. à soupe de cassonade
2 tasses de lait de beurre ou lait sur
1 tasse de farine Five Roses
2 tasses de farine graham
½ c. à thé de sel
3 c. à thé de poudre à pâte
1 c. à thé de soda à pâte, dissous dans 1 c. à soupe d'eau chaude

Amalgamer la mélasse, le sucre et le lait sur. Tamiser la farine, le sel, la poudre à pâte et la farine graham. Rassembler les ingrédients secs et les ingrédients liquides, ajouter le soda; bien mélanger. Verser dans des boîtes à poudre à pâte d'une livre bien graissées, les remplissant aux deux-tiers seulement. Fermer solidement et cuire à la vapeur pendant 2½ heures. Enlever le couvercle et placer dans un four modéré pendant 15 à 20 minutes pour sécher le dessus de pain.

LE PAIN BRUN DE LA TANTE IRLANDAISE

1 tasse de farine Five Roses
1 tasse de farine graham
½ tasse de farine de blé d'inde (jaune)
½ tasse de mélasse
1 tasse de lait
1 c. à thé de soda à pâte
dattes sans noyaux, coupées en fines lanières

Faire fondre le soda dans le lait. Sasser et mesurer les ingrédients secs, y ajouter le lait et la mélasse, puis les dattes saupoudrées d'un peu de farine. Verser dans un petit moule à pain et cuire environ 1 heure dans un four modérément chaud. Les personnes qui aiment une pâte plus riche, pourraient ajouter 1 c à soupe d'huile végétale à la pâte. Dans une grosse famille, on voudra doubler et tripler la recette. Ce pain brun est à la fois délicieux et tellement vite fait que c'est une merveille. Il faut toujours attendre 24 heures après la cuisson avant de le couper. On le servira pour le thé, ou la collation, en tranches minces, légèrement beurrées.

MUFFINS

Les muffins sont délicieux pour le petit déjeuner. Leur popularité vient de ce qu'ils sont appétissants, vite faits et d'un prix de revient très bas. Quand une cuisinière manque ses muffins c'est qu'elle n'a pas le tour de les mélanger ou que la température du four n'était pas à point. C'est étonnant comme les muffins à base de farine Five Roses restent frais longtemps.

COMMENT MELANGER ET CUIRE LES MUFFINS

Au laboratoire de la farine Five Roses, on est d'opinion qu'il vaut mieux mélanger les muffins de la même façon que les gâteaux au beurre, au lieu de verser tout le liquide dans les ingrédients secs mis ensemble. Voici d'ailleurs exactement comment procéder.

1. Sasser la farine, la poudre à pâte et le sel. Ajouter, s'il y a lieu, le son, la farine de blé complet ou la farine graham.

2. Défaire la graisse en crème; ajouter le sucre graduellement en battant entre chaque addition. Quand il entre un seul œuf dans la recette, le battre et l'ajouter au mélange de graisse et de sucre. Avec 2 œufs ou plus, il faudrait séparer les blancs des jaunes, battre les jaunes et les ajouter au mélange de sucre et de graisse. Les blancs battus en neige ferme seront ajoutés en dernier lieu.

3. Ajouter les ingrédients secs un peu à la fois en alternant avec le lait; avoir soin de commencer et de finir par une addition d'ingrédients secs.

4. Si les œufs ont été séparés, ajouter ici, les blancs battus en neige ferme.

5. Remplir les moules seulement à moitié. Cuire tel qu'indiqué plus bas.

Si les muffins doivent contenir des noix, du raisin ou des fruits, ceux-ci d'abord seront poudrés de farine et mélangés à la pâte avant que les blancs soient ajoutés.

CUISSON

Les avis sont partagés en deux camps quand il s'agit de décider exactement comment cuire les muffins. Nous donnons les deux versions en suggérant de les essayer toutes les deux avant de décider laquelle est la meilleure pour vous. Le genre de four, le type de combustible employé et le fait que certains fours sont mieux isolés que d'autres et conservent mieux la chaleur, tout cela influe sur le temps de la cuisson et la chaleur requise.

Méthode de cuisson rapide. Cuire les muffins de 20 à 25 minutes à une chaleur de 400°F.

Méthode de cuisson qui favorise la légèreté de la pâte. Commencer la cuisson à 350°F et petit à petit monter le four à 400°F. Cuire de 30 à 35 minutes.

Les muffins cuits de la seconde manière ont moins de chance que les autres de retomber en sortant du four.

Eviter de trop brasser la pâte à muffins. C'est bizarre mais de ce fait seul dépendent plus de biscuits à texture laissant à désirer que de toutes les autres actions ou omissions de la cuisinière. Par exemple les longues cellules dans la pâte proviennent toujours de ce qu'elle a été travaillée trop longtemps. Les muffins dignes du nom sont légers et délicats, avec une croûte tendre et brune, le dessus bien arrondi et une mie fine.

QUAND LES MUFFINS COLLENT AUX MOULES

Inutile d'insister pour les sortir, ils tomberaient en miettes. Placer le moule durant quelques minutes sur un linge passé à l'eau froide avant de continuer l'opération. D'ailleurs les moules à muffins doivent toujours être graissés soigneusement et généreusement.

MUFFINS LEGERS COMME L'AIR

1¾ tasse de farine Five Roses
3 c. à thé de poudre à pâte
½ c. à thé de sel
¼ tasse de graisse
¼ tasse de sucre
2 jaunes d'œufs
2 blancs d'œufs
1 tasse de lait

Mélanger et cuire selon la méthode expliquée plus haut. Ces muffins sont délicieux le lendemain, présentés comme ceci: Couper en deux et griller les muffins. Servir chauds avec des confitures, de la marmelade, du miel ou du sirop d'érable.

MUFFINS A UN OEUF

Préparer comme la recette précédente, avec un seul œuf et 3½ c. à thé de poudre à pâte au lieu de 3.

MUFFINS AU LAIT SUR

Suivre la première recette en employant 1 œuf ou 2. Employer du lait sur au lieu du lait frais, y ajouter ½ c. à thé de soda à pâte dissous dans 1 c. à thé d'eau chaude. Réduire la poudre à pâte à 1½ c. à thé.

MUFFINS A LA FARINE DE BLE COMPLET

1 tasse de farine Five Roses
¾ tasse de farine de blé entier
3 c. à thé de poudre à pâte
½ c. à thé de sel
petite pincée de soda à pâte
¼ tasse de graisse
¼ tasse de mélasse
1 ou 2 œufs
1 tasse de lait

Procéder comme d'habitude mais mettre une très petite pincée de soda dans la mélasse avant de l'ajouter à la graisse.

COMMENT VARIER LES MUFFINS

Muffins aux fruits ou aux noix: ¾ de tasse de raisins, noix, ou dattes coupés en morceaux, sont saupoudrés de farine et ajoutés à la recette modèle.

Muffins aux délices: Ajouter à la farine ¼ c. à thé de clou, 1 c. à thé de cannelle, un peu de muscade râpée. Avant de verser la pâte dans les moules, y incorporer 1 tasse de raisins sans noyau et ¾ de tasse de noix de grenoble cassées. Saupoudrer noix et raisins de farine avant de les ajouter à la pâte.

Muffins aux petits fruits: Doubler la quantité de sucre de la recette modèle. Ajouter à la pâte prête à mettre au four ¾ de tasse de bluets ou de framboises saupoudrés de farine. Verser dans les moules et cuire comme d'habitude.

Muffins surprises: Verser une petite cuillerée de pâte à muffins dans le moule. Placer un morceau de fruit confit, couvrir de pâte. Mettre au four.

Muffins à la marmelade: Incorporer à la pâte de muffins 3 c. à soupe de marmelade d'orange. Mettre dans les moules, cuire comme d'habitude.

Muffins au fromage: Employer 1 c. à soupe de sucre au lieu du quart de tasse indiqué dans la recette. Ajouter à la pâte ½ tasse de fromage canadien râpé.

Muffins au bacon: Pour ceux qui en sont friands. Employer seulement 1 c. à soupe de sucre. Ajouter ½ tasse de bacon déjà cuit, bien croustillant et coupé par petits morceaux. Cuire comme d'habitude.

MUFFINS AU SON

1 tasse de farine
½ c. à thé de sel
¾ tasse de son
3 c. à thé de poudre à pâte
pincée de soda à pâte
¼ de tasse de graisse
½ tasse de cassonade
1 œuf
2 c. à soupe de mélasse
¾ de tasse de lait (à peine)

Procéder comme d'habitude. On peut remplacer la mélasse par la même quantité de miel. Ajouter à volonté des dattes ou des figues hachées, du raisin, des pruneaux, des noix ou un mélange de tout cela.

MUFFINS A LA FARINE DE BLE D'INDE

1 tasse de farine Five Roses
2½ c. à thé de poudre à pâte
¼ c. à thé de sel
¼ c. à thé de soda à pâte
½ tasse de farine de blé d'inde
¾ de tasse de lait froid
¼ tasse de beurre ou de graisse
¼ tasse de sucre
1 jaune d'œuf
1 blanc d'œuf
¼ tasse de miel ou de mélasse

Mélanger comme d'habitude. Remplir les moules aux deux -tiers seulement parce que cette pâte lève beaucoup. Cuire à 375°F, 400°F.

Pour varier on mettra cuire la pâte dans un grand moule carré; à la sortie du four le gâteau sera coupé par morceaux carrés et servi chaud avec du sirop d'érable ou du miel.

Les cuisinières ont tendance à préparer une pâte trop épaisse quand elles font le gâteau ou les muffins à la farine de blé d'inde. Le blé d'inde gonfle énormement durant la cuisson et la pâte prête à mettre au four doit être plutôt claire.

MUFFINS AU BLE D'INDE FARCIS DE BACON

Préparer comme les muffins au blé d'inde mais sans mélasse et avec seulement 1 c. à soupe de sucre. Faire cuire ¼ de livre de bacon jusqu'à ce qu'il soit croustillant, le couper par petits morceaux. Ajouter le bacon refroidi à la pâte à muffins. Garnir chaque moule de bacon et cuire comme d'habitude.

PATE DE BLE D'INDE, GARNITURE DE POMMES

Préparer une pâte riche de muffins au blé d'inde en employant ⅓ de tasse de graisse. Verser la pâte dans une lèchefrite basse, bien graissée. Peler de belles pommes, enlever le cœur, les couper en huit. Garnir le moule de pâte de quartiers de pommes placés en rangs uniformes et serrés. Saupoudrer de sucre et de cannelle. Cuire à 375°F. Couper en carrés et servir avec de la crème ou une sauce à pouding.

SALLY LUNN, façon anglaise

2 tasses de farine Five Roses
1 c. à thé de sel
1 c. à soupe de sucre
3 œufs
4 c. à thé de poudre à pâte
1 tasse de lait
4 c. à soupe de beurre

Sasser les ingrédients secs, trois fois. Incorporer le beurre à l'aide de deux couteaux ou avec le bout des doigts. Battre les jaunes d'œufs à fond, y ajouter le lait et mélanger aux ingrédients secs. Avec des gestes doux, ajouter les blancs d'œufs battus en neige ferme. Verser dans des petits moules et cuire à four chaud (400°F.) une trentaine de minutes.

LES GAUFRES

Les gaufres sont toujours accueillies avec grand plaisir. Pourquoi faut-il que trop de maîtresses de maison croient que les gaufres ordinaires, servies avec du beurre et du sirop, constituent la seule manière d'utiliser un type de pâte qui pourrait s'employer de mille façons ?

Disons aussi que la cuisinière aura du succès avec ses gaufres selon qu'elle saura tirer le meilleur parti possible du gaufrier qu'elle possède. Les fabricants de ces articles donnent des instructions précises et détaillées sur la façon de s'en servir. Il faut les étudier et les mettre en pratique. Encore une fois, il y a trois genres de gaufriers et la méthode de cuisson de l'un ne va pas à l'autre. Savez-vous vous servir de celui que vous possédez, vous ?

GAUFRES (recette modèle)

2 œufs
1½ tasse de lait
2 tasses de farine Five Roses
1 c. à soupe de sucre
4 c. à thé de poudre à pâte
4 c. à thé de graisse (ou beurre) fondu
pincée de sel

Battre les œufs, ajouter le lait. Sasser et mélanger les ingrédients secs, les ajouter et mettre la graisse fondue en dernier lieu. Battre assez pour que le mélange soit

léger. La pâte doit être assez liquide pour se verser facilement. La plupart des cuisinières trouvent qu'il est plus commode de mettre la pâte à gaufre dans un pot et de la verser sans plus sur le gaufrier chaud, d'autres préfèrent employer la grande cuiller à pot.

Servir les gaufres à mesure avec du beurre et du miel, ou bien avec du sucre d'érable haché.

GAUFRES VARIEES

1. Suivre la recette modèle en omettant le sucre. Ajouter au liquide 1 tasse de blé d'inde en boîte bien égoutté ou environ 1 tasse de fromage râpé. Il faut plus ou moins de fromage selon que la sorte employée est plus ou moins piquante. Procéder comme d'habitude. Servir avec un repas de légumes.

2. Suivre la recette modèle sans sucre. Cuire les gaufres un peu plus que d'habitude. Au dernier moment les servir garnies de viande, poisson ou légume en sauce blanche.

GAUFRES DE DESSERT

Suivre la recette modèle avec un peu plus de sucre et un peu plus de gras pour faire plus riche. On peut aussi séparer les œufs, pour avoir une pâte plus légère, battre les blancs en neige ferme et les incorporer à la pâte à la dernière minute. Servir avec une sauce au caramel, sauce au chocolat, avec des fruits ou de la crème à la glace.

GAUFRES AU CHOCOLAT

2 tasses de farine Five Roses
4 c. à thé de poudre à pâte
¼ tasse de sucre
½ tasse de cacao
bonne pincée de sel
2 jaunes d'œufs
2 blancs d'œufs
1½ tasse de lait
⅓ tasse de graisse fondue

Sasser la farine, mesurer et sasser les ingrédients secs. Combiner les jaunes d'œufs battus et le lait, les ajouter aux ingrédients secs en battant jusqu'à ce que la pâte soit lisse. Ajouter la graisse fondue et finalement les blancs d'œufs battus en neige ferme. Cuire dans le gaufrier bien chaud. Servir avec de la crème à la glace ou de la crème fouettée.

Au cas où la maîtresse de maison préfère employer le chocolat plutôt que le cacao il faudrait diminuer la graisse à ¼ de tasse et probablement monter la quantité farine à 2¼ de tasse.

LES CREPES

Les crêpes ont toujours été fort populaires chez nous et avec raison. Généralement une canadienne va apprendre chez elle, de sa mère ou d'une grande sœur—ou même de ses frères comment faire les crêpes. La recette basique est la même partout et nous nous contenterons d'offrir ici une recette pour crêpes de fantaisie à la française et quelques recettes de crêpes où il entre de la poudre à pâte. Disons seulement que les crêpes peuvent fort bien, à l'occasion, servir comme de fond à un plat à la sauce blanche, surtout si cette sauce a pour but de tirer parti d'un reste de légume,

viande ou poisson. Les crêpes permettent alors un plat substantiel. On ne sait pas assez les faire servir de cette façon.

COMMENT CUIRE LES CREPES

Il faut une poêle épaisse, en fonte ou en aluminium. La poêle est assez chaude quand des gouttes d'eau gardent leur forme une couple de secondes quand elles tombent dessus. Par contre, si elles s'évaporent immédiatement, la poêle est trop chaude et les crêpes bruniront sans avoir eu le temps de cuire en dedans. Il ne faut pas que la graisse soit si chaude qu'elle fume dans la poêle. Un peu de fraisse fondue, ajoutée à la pâte à crêpes, les empêchera de coller dans la poêle.

Quand la pâte à crepes contient de la poudre à pâte ou du soda, il faut cuire le premier côté jusqu'à ce que la pâte soit pleine de bulles d'air, tourner la crêpe et cuire le deuxième côté. Il ne faudrait pas tourner une crêpe plus qu'une fois. Quand une pâte à crêpes est délayée la veille au soir et qu'elle devrait contenir de la poudre à pâte ou du soda, il faudra ajouter ces ingrédients seulement au moment de la cuisson.

CREPES A LA FRANCAISE

3 jaunes d'œufs
1 c. à soupe de sucre
1 tasse de lait
¾ tasse de farine Five Roses
pincée de sel
1 c. à soupe de beurre fondu
3 blancs d'œufs
gelée, ou jus d'orange

Battre les jaunes d'œufs jusqu'à ce qu'ils soient pâles et épais; ajouter le sucre, le sel et la moitié du lait. Sasser et mesurer la farine, sasser plusieurs fois et ajouter aux œufs avec le reste du lait et le beurre fondu. Battre les blancs d'œufs en neige ferme. les envelopper dans la pâte avec des gestes doux. Faire les crêpes grandes comme des soucoupes. A mesure qu'elles sont cuites, les couvrir de gelée et les rouler tandis qu'elles sont encore chaudes. Disposer les crêpes sur un plat de façon à ce qu'elles ne se déroulent pas. Saupoudrer de sucre en poudre et servir immédiatement. On pourrait employer, au lieu de la gelée, du jus d'orange ou du citron et dans ce cas saupoudrer les crêpes avec du sucre très fin, du sucre à fruits.

CREPES MODELES A LA POUDRE A PATE

1½ tasse de farine Five Roses
3 c. à thé de poudre à pâte
pincée de sel
3 c. à soupe de sucre
1 œuf
1¼ tasse de lait
3 c. à soupe de beurre fondu
vanille

Mélanger et sasser les ingrédients secs. Ajouter les œufs battus au lait.

Faire un creux dans les ingrédients secs. Ajouter lentement le mélange d'œufs et de lait. Brasser juste assez pour que le mélange soit lisse. Ajouter le beurre fondu et l'essence. Essayer un peu de la pâte sur le poêle. Cuire tel qu'indiqué plus haut. En employant un peu moins de lait on aura une crêpe plus épaisse. Quand les crêpes doivent servir avec un plat à la sauce blanche, omettre le sucre et l'essence.

CREPES DE BLE COMPLET

Dans ce cas employer moitié farine Five Roses et moitié farine de blé complet ou farine graham. Mesurer et sasser les ingrédients secs, ajouter la farine graham ou la farine de blé entier. Ajouter les œufs bien battus, puis le lait. Procéder comme d'habitude.

CREPES AU LAIT SUR

Préparer comme d'habitude, en mettant seulement 1½ c. à thé de poudre à pâtes, avec en plus 1 c. à thé de soda mis à dissoudre dans 1 c. à thé d'eau chaude.

CREPES AUX FRUITS

A la recette ordinaire on peut ajouter des bleuets lavés et égouttés ou 1 tasse de pomme râpée, un rien de muscade et ⅓ de c. à thé de soda dans 1 c. à thé d'eau chaude ou ¾ de tasse de banane pilée, etc., etc.

Les crêpes aux pommes sont délicieuces avec du porc frais ou du jambon.



Les crêpes ont toujours été populaires chez nous. Il est difficile de faire mieux que des crêpes au lard arrosées de sirop d'érable, ou des crêpes roulées sur du sucre du pays haché très fin.

Mais la variété étant le sel de l'existence, la maîtresse de maison voudra essayer d'autres recettes de crêpes, toujours en se servant de la merveilleuse farine Five Roses.

Les Gâteaux



On appelle gâteau au beurre, tout gâteau dans lequel il entre du beurre ou de la graisse. Les gâteaux faits avec la farine Five Roses sont à la fois légers et tendres, d'une saveur insurpassable et ils se gardent bien.

Chacune des recettes de ce chapitre est une recette éprouvée; il faut donc la suivre à la lettre.

PRECAUTIONS A PRENDRE QUAND ON FAIT UN GATEAU

Avant de commencer à brasser le gâteau il faut lire la recette attentivement, s'assurer qu'on la comprend bien et qu'on a sous la main tous les ingrédients nécessaires.

Il importe d'employer des ingrédients de toute première qualité: la farine Five Roses, des œufs frais, une bonne qualité de graisse à pâtisserie et une bonne marque de poudre à pâte. Employer autant que possible du sucre granulé très fin parce qu'il se mêle mieux dans la pâte. Quand le sucre est à gros grains, il est bon de le tamiser. Le plus gros servira à sucrer des compotes, etc.

Mesurer tous les ingrédients avec soin, en employant une *mesure rase.*

Sasser la farine une fois avant de la mesurer.

Mélanger la pâte en suivant la manière de procéder indiquée dans les instructions générales.

Cuire selon les instructions.

COMMENT MELANGER LES GATEAUX AU BEURRE

Les gâteaux au beurre se mélangent presque tous de la même manière. Quand le gâteau comprend seulement un œuf ou deux, on les bat ensemble. Autrement les œufs et les blancs sont battus séparément et les blancs ajoutés en dernier lieu.

1. Réunir sur la table ou l'armoire tout ce qui va servir à faire le gâteau; que les ingrédients, surtout le gras, les œufs et le lait soient à la température de la cuisine.

2. Allumer le four. Préparer les moules soit en y disposant du papier ciré épais, soit en les graissant légèrement, de préférence avec un pinceau à cet usage. Dans ce cas, les poudrer de farine Five Roses.

3. Sasser et mesurer la farine. Sasser ensemble la farine, la poudre à pâte et le sel, trois ou quatre fois.

4. Défaire le beurre ou la graisse en crème, ajouter peu à peu la moitié du sucre.

5. Battre les œufs ou les jaunes d'œufs, ajouter le reste du sucre.

6. Combiner les deux mélanges et battre pour que le tout soit léger et mousseux.

7. Ajouter les ingrédients secs en alternant avec une partie du liquide mais chaque fois il faut avoir soin que toute la farine soit mêlée avant d'ajouter plus de liquide. Quand toute la farine y est, battre seulement assez pour avoir une pâte lisse. Ajouter l'essence.

8. Si les œufs ont été battus séparément ajouter maintenant les blancs d'œufs battus en neige ferme. Avec des mouvements doux, les envelopper dans la pâte. Certaines bonnes cuisinières assurent qu'elles réussissent mieux leurs gâteaux quand elles mettent ¼ du sucre de la recette dans les blancs d'œufs battus en neige. Elles fouettent jusqu'à ce que le sucre soit fondu et ajoutent cette espèce de meringue en dernier.

9. Verser immédiatement dans les moules qui attendent. Avec la cuiller pousser la pâte vers les bords du moule pour que le gâteau cuit soit bien également renflé.

10. Placer le gâteau au centre du four, celui-ci étant à la température indiquée dans la recette. Ne pas ouvrir la porte du fourneau durant le premier tiers du temps de la cuisson. Quand le gâteau est aux trois-quarts cuit, on pourra le tourner, s'il le faut, pour qu'il cuise plus également.

11. Retirer du four quand la cuisson est terminée, tourner sur un gril à cet effet. Après une minute, enlever le moule. Si le gâteau est collé, placer sur le fond un linge passé à l'eau froide et tordu. Après une couple de minutes, le gâteau se détachera sans plus de trouble.

Un gâteau bien cuit laisse les côtés de son moule, il est d'un beau brun doré et quand on le presse au centre il ne reste pas de marque. Un cure-dent ou une longue aiguille à repriser peuvent servir d'indicateurs. Plongés dans le gâteau, ils ressortent absolument propres si le gâteau est assez cuit. Les gâteaux à la farine Five Roses devraient être cuits jusqu'à un riche brun doré.

Si par malheur, le gâteau est un peu brûlé dans le fond, quand il est refroidi on enlève cette partie à l'aide d'une râpe à citron.

Le gâteau dont la mie est sèche contient probablement trop de farine, trop de poudre à pâte ou bien il a cuit trop longtemps. Les gâteaux à la farine Five Roses sont légers sans être secs, ils gardent leur fraîcheur pendant un temps plus que raisonnable. Le gâteau lourd et comme mouillé contient probablement une trop forte quantité de sucre ou de gras; sa cuisson fut abrégée ou il manque de farine. Un gâteau dont le grain est vilain et lourd n'a probablement pas été brassé suffisamment.

GATEAU MODELE A UN OEUF

1¾ tasse de farine Five Roses	**1 tasse de sucre (à peine)**
3½ c. à thé de poudre à pâte	**1 œuf**
½ c. à thé de sel	**essence**
⅓ de tasse de graisse	**1 tasse de lait**

Mélanger en suivant les instructions. Cuire à four modéré (375°F.) durant 25 minutes.

GATEAU MODELE A DEUX OEUFS

2 tasses de farine Five Roses	**1 tasse de sucre**
3½ c. à thé de poudre à pâte	**2 œufs**
½ c. à thé de sel	**essence**
½ tasse de graisse	**1 tasse de lait**

Mélanger en suivant les instructions. Cuire à four modéré (375°F.) durant 25 minutes.

GATEAU MODELE A TROIS OEUFS

1¾ tasse de farine Five Roses	**1 tasse de sucre**
3 c. à thé de poudre à pâte	**3 œufs, séparés**
¼ c. à thé de sel	**1 c. à thé de vanille**
½ tasse de beurre (ou de graisse)	**⅔ tasse de lait**

Mélanger en suivant les instructions. Incorporer en dernier lieu les blancs d'œufs battus en neige ferme. Cuire à four modéré (360°F.) durant 25 minutes.

GATEAU DE RECEPTION

1¾ tasse de farine Five Roses	**2 jaunes d'œufs**
¾ c. à thé de soda à pâte	**1 tasse de sucre tamisé**
1½ c. à thé de crème de tartre	**⅔ tasse de lait**
¼ c. à thé de sel	**essence**
2 oeufs	**⅓ tasse de beurre fondu**

Tamiser la farine avant de la mesurer. Ajouter le soda à pâte, la crème de tartre et le sel. Tamiser quatre fois. Battre les deux œufs et les jaunes d'œufs jusqu'à ce qu'ils soient épais et pâles. Ajouter le sucre petit à petit, en battant constamment. Ajouter la farine et le liquide alternativement, commençant et finissant par de la farine. Battre juste assez pour que la pâte soit lisse. Ajouter le beurre fondu et l'essence. Verser dans une grande lèchefrite beurrée et saupoudrée de farine ou dans des assiettes à gâteau étagé. Cuire 35 à 40 minutes à four modéré (350°F. puis à 375°F.)

Cette recette donne un gâteau léger et délicat, ressemblant au gâteau éponge. On peut le découper de diverses manières. Glacer et décorer pour faire de charmants petits gâteaux pour réceptions, mariages.

GATEAU BLANC

½ tasse de graisse à pâtisserie	**3 blancs d'œufs**
1 tasse de sucre	**⅞ tasse de lait**
1¾ tasse de farine Five Roses	**½ c. à thé de sel**
3 c. à thé de poudre à pâte	**essence, vanille ou autre**

Battre les blancs d'œufs en neige, ajouter ¼ de tasse de sucre, battre pour faire fondre le sucre. Dans un autre bol, défaire en crème la graisse déjà molle. Ajouter ¾ de tasse de sucre, bien mélanger. Ajouter les ingrédients secs et le lait un peu à la fois, en alternant. Ajouter en dernier les blancs d'œufs sucrés; les enrober dans la pâte et puis ajouter l'essence. Verser dans des moules bien graissés et cuire dans un four à 365°F.

GATEAU DORE

½ tasse de graisse	**1 c. à thé de soda à pâte**
1 tasse de sucre tamisé	**2 c. à thé de crème de tartre**
6 jaunes d'œufs	**2 c. à thé de zeste d'orange**
1½ tasse de farine Five Roses	**2 c. à soupe de jus d'orange**
¼ c. à thé de sel	**½ tasse de lait**

Battre les œufs jusqu'à ce qu'ils soient épais et pâles, puis mélanger comme un gâteau au beurre.

COMMENT VARIER SES GATEAUX

Quand la cuisinière a maitrisé l'art de faire un bon gâteau au beurre, en suivant une recette toute simple elle peut varier ce même gâteau presqu'à l'infini en y ajoutant à tour de rôle des épices, des noix, ou des fruits et en variant les garnitures et les glaces dont elle le marquera.

GATEAUX A LA CREME DE BANANE

Cuire par étages un gâteau modèle de 1, 2 ou 3 œufs. Laisser refroidir et mettre entre les étages une crème cuite enrichie de noix et de bananes pilées. Glacer avec une glace bouillie.

GATEAU AU CARAMEL

Aromatiser la pâte à gâteau modèle de 1, 2 ou 3 œufs avec un sirop au caramel. Cuire en deux étages. Assembler avec une crème au Caramel et décorer d'une épaisse couche de glace moka.

GATEAU CUIR BRULE

Aromatiser comme un gâteau au caramel. Cuire par étages. Assembler les étages avec une crème au caramel et décorer avec une glace au caramel.

GATEAU ETAGE AU COCO

Cuire à deux étages un gâteau à 1, 2 ou 3 œufs. Etendre une glace 7 minutes entre les étages sur le dessus et les côtés du gâteau. Saupoudrer les étages et tout le gâteau de coco haché avant que la glace durcisse.

GATEAU AU CAFE POUR LE LUNCH

Préparer une pâte modèle à 1, 2 ou 3 œufs et verser dans une grande lèchefrite. Avoir prêt un mélange de 1/4 de tasse de beurre (ou de graisse), 1/2 tasse de cassonade, et 1/2 tasse de farine Five Roses, (amalgamés comme une pâte de tarte). En couvrir le dessus de la pâte et saupoudrer de cannelle. Cuire à four plutôt chaud (360°F. montant à 400°F). Servir en carrés.

GATEAU AU CAFE AVEC NOIX

Préparer une pâte modèle à 1, 2 ou 3 œufs, remplacant le lait par la même quantité de café moins 2 c. à soupe. Aromatiser avec de la vanille. Ajouter 3/4 tasse de noix hachées saupoudrées de 2 c. à soupe de farine Five Roses. Cuire dans une lèchefrite basse doublée de papier beurré, dans un four à 375°F. Décorer avec glace moka ou glace au beurre, saupoudrer généreusement de noix hachées. Couper par carrés.

GATEAU LADY BALTIMORE

Préparer la pâte du gâteau modèle blanc ou, si l'on préfère, un gâteau jaune, celle de gâteau primé ou celle du gâteau doré. Cuire en trois étages. Faire une glace bouillie. A la moitié de la glace, ajouter 1/4 de tasse de chacun des ingrédients suivants: raisin, figues, dattes, noix de cerises. Etendre cette glace aux fruits entre les étages. Couvrir le dessus et les côtés du gâteau avec la glace simple. Décorer au goût.

GATEAU A LA CREME DE CITRON

Préparer une pâte modèle à 1, 2 ou 3 œufs, ajoutant le zeste râpé d'un citron. Cuire par étages. Assembler avec une crème cuite au citron; glacer avec une glace bouillie ou une glace sept-minutes. Pour les grandes occasions, employer la pâte du gâteau de réception ou du gâteau doré.

GATEAU A LA CREME D'ERABLE

Aromatiser une pâte modèle à 1, 2 ou 3 œufs avec quelques gouttes d'essence d'érable. Cuire en deux étages, les assembler avec une crème cuite, et garnir d'une glace bouillie à l'érable.

GATEAU A L'ORANGE I

Aromatiser une pâte modèle à 1, 2 ou 3 œufs avec 1 c. à soupe de zeste d'orange finement râpé, et cuire en 2 étages. Assembler avec une crème à l'orange ou à la vanille, décorer d'une glace à l'orange.

GATEAU A L'ORANGE II

Préparer une pâte modèle à 3 œufs, en remplaçant la moitié de la quantité de lait par du jus d'orange. Aromatiser avec 1 c. à soupe de zeste d'orange finement râpé. Cuire par étages. Assembler avec une crème à l'orange, décorer avec une glace à l'orange.

GATEAU POUR UNE FETE D'ENFANTS

Cuire en étages le gâteau modèle à 3 œufs, le gâteau primé, ou le gâteau doré Assembler avec la crème cuite préférée; glacer avec une glace simple ou cuite, ou une glace japonaise délicatement colorée. Rogner autant de cerises confites qu'il faudra de bougies pour la fête sur le gâteau. Les disposer et dans le cœur de chaque cerise, planter une petite bougie rouge. Allumer les bougies avant d'apporter le gâteau sur la table. Comme variation, on peut mettre une seule bougie au centre du gâteau décoré de sucre d'orge.

GATEAU A l'ANANAS

Cuire le gâteau blanc modèle dans une lèchefrite de 8 x 8 pouces et 3 pouces de profondeur environ. Laisser au four 50 à 55 minutes à 350°F. Laisser refroidir. Couvrir d'une crème cuite à l'ananas bien froide puis d'une glace bouillie. Ce gâteau est mou, vaut surtout comme dessert.

GATEAU A LA CREME D'ANANAS

Cuire un gâteau modèle à 3 œufs, le gâteau de réception ou le gâteau doré en deux étages. Fouetter un demiard de crème riche. Ajouter 2 c. à soupe de sucre en poudre à la crème très ferme, puis quelques gouttes de vanille. Bien égoutter 1 tasse d'ananas émincé en conserve et l'ajouter à la crème. Etendre entre les étages et sur le gâteau bien froid. Servir immédiatement.

GATEAU AU CHOCOLAT

On fait fondre le chocolat en mettant la quantité requise dans un petit bol ou une tasse qu'on place au-dessus d'une marmite d'eau chaude. Le chocolat très mou est ajouté au mélange graisse-œufs-sucre. Certaines cuisinières font fondre le chocolat dans un petit bol réservé à cet usage afin de récupérer d'une fois à l'autre ce qui reste collé tout le tour.

GATEAU AU CHOCOLAT HILDA

¾ tasse de beurre ou de graisse
2 tasses de sucre
4 œufs (battus séparément)
1 tasse de lait
2½ tasses de farine Five Roses
4½ c. à thé de poudre à pâte
½ c. à thé de sel
2 c. à thé de vanille
1 c. à thé épices mélangées
½ c. à thé de muscade
1 carré de chocolat

Procéder comme pour un gâteau au beurre. Ajouter les épices mélangées, la muscade et le chocolat à la moitié de la pâte. Cuire en quatre étages, deux pâles et deux foncés. Assembler en alternant les couleurs et glacer avec une glace bouillie, enrichie de 4 c. à soupe de chocolat râpé.

GATEAU AU CHOCOLAT (UN OEUF)

1½ tasse de farine Five Roses
½ c. à thé de soda à pâte
2 c. à thé rases de poudre à pâte
¼ tasse de cacao
¼ c. à thé de sel
⅓ de tasse de beurre (ou graisse)
1 tasse de cassonade
1 œuf (non battu)
1 tasse de lait sur
1 tasse de noix hachées

Tamiser le cacao avec les autres ingrédients secs, puis procéder comme pour un gâteau au beurre. Les noix seront saupoudrées d'un peu de farine avant d'être ajoutées. Cette pâte délicieuse est très économique. On peut la cuire dans des petits moules à gâteaux, dans une lèchefrite basse, puis la couper en carrés; en faire des poudings au four ou à la vapeur, pouding cottage ou gâteau renversé.

GATEAU AU FUDGE

1¾ tasse de farine Five Roses
½ c. à thé de sel
2 c. à thé de crème de tartre
1 c. à thé de soda à pâte
½ tasse de beurre (ou de graisse)
1½ tasse de sucre
2 œufs, séparés
2 carrés de chocolat
1 c. à thé de vanille
½ tasse de lait
¾ de tasse d'eau bouillante

Procéder comme pour un gâteau au beurre, ajoutant le chocolat fondu au sucre, au beurre et aux jaunes d'œufs bien mêlés. Quand la pâte est mélangée, ajouter l'eau bouillante, puis incorporer les blancs d'œufs battus en neige ferme. Cuire par étages à four modéré (350°F.) dans des moules de fer-blanc. Laisser refroidir et assembler avec une crème cuite aux fruits ou aux dattes. Glacer avec une glace bouillie à l'érable. Cette pâte très claire exige un soin tout spécial. Ne pas ouvrir le four pendant la première moitié de la cuisson ni remuer le gâteau avant qu'il soit trois-quart-cuit. Pour un gâteau en forme de pain, mettre seulement ½ tasse d'eau chaude.

GATEAUX DE FANTAISIE

GATEAU EPICE AUX POMMES

½ tasse de graisse
1½ tasse de cassonade
1 œuf battu
1 tasse de raisin
1 tasse de noix de Grenoble
1 tasse de compote de pomme épaisse et froide
1¾ tasse de farine Five Roses
½ c. à thé de sel
1 c. à thé de soda à pâte
1 c. à thé de poudre à pâte
1 c. à thé de muscade
1 c. à thé de cannelle
½ c. à thé d'épices mélangées

Saupoudrer fruits et noix de ¼ de tasse de la farine mesurée. Mélanger comme un gâteau au beurre, ajoutant les ingrédients secs tamisés au mélange de graisse, œuf et cassonade, en alternant avec la compote de pomme. Cuire dans un moule à pain à four modéré (325°F.) pendant 1¼ à 1½ heure.

GATEAU AUX CERISES

1¾ tasse de farine Five Roses
2 c. à thé de poudre à pâte
⅓ c. à thé de sel
½ tasse de beurre ou de graisse
½ c. à thé d'essence de ratafia
1 tasse de sucre
3 œufs séparés
1 tasse de cerises confites
½ tasse de lait

Trancher les cerises, les saupoudrer avec un peu de la farine mesurée. Mélanger comme un gâteau au beurre, ajoutant en dernier lieu les blancs d'œufs montés en neige ferme. Disposer les cerises par rangs dans l'épaisseur de pâte. Cuire dans un moule à pain à four modéré (350°F.) durant 45 minutes environ.

BRIOCHE A L'ESPAGNOLE

2 tasses de farine Five Roses
3 c. à thé de poudre à pâte
¼ c. à thé de sel
1 c. à thé de muscade
2 c. à thé de cannelle
1 c. à thé de gingembre
¾ tasse de graisse
1½ tasse de cassonade
3 œufs séparés
1 tasse de lait

Mélanger comme un gâteau au beurre. Cuire dans une grande lèchefrite à four modéré (375°F.) durant 30 minutes environ. On peut ajouter 1 tasse de dattes enfarinées, et réduire la quantité de lait à ⅞ de tasse.

Garder 2 des blancs d'œufs si on veut une meringue. Quand le gâteau est cuit, étendre dessus les deux blancs battus en neige ferme avec ⅓ de tasse de cassonade. Remettre dorer au four à 275°F.

GATEAU MIETTES

2 tasses de farine Five Roses
¾ de tasse de beurre (ou de graisse)
1 tasse de sucre

Mélanger farine, beurre et sucre, comme pour une tarte. Garder une tasse de ceci pour garnir le gâteau. Ajouter au reste:

1 œuf
1 tasse de lait sur
½ c. à thé de soda à pâte
2 c. à thé de poudre à pâte
1 c. à thé de clou
1 c. à thé de cannelle
1 tasse de raisin
1 tasse de raisin de Corinthe

Verser dans une lèchefrite bien graissée. Couvrir avec les miettes de réserve; cuire à four modéré (375°F.).

GATEAU AU MIEL

½ tasse de graisse
½ tasse de cassonade
½ tasse de miel
1 œuf
⅞ de tasse de lait
1¾ tasse de farine Five Roses
½ c. à thé de soda à pâte
½ c. à thé de sel
1 c. à thé de poudre à pâte
½ c. à thé de gingembre, autant de cannelle, de muscade et de clou
1 tasse ou plus de raisin, raisin de Corinthe, écorces de fruits, noix ou un mélange des quatre

Mélanger comme un gâteau au beurre, saupoudrant d'abord les fruits et les noix avec un peu de farine tamisée. Four à 350°F.

GATEAU A L'ORANGE PRIME

½ tasse de beurre ou de graisse
1 tasse de sucre
2 œufs, séparés
½ tasse de lait sur
1 orange de bonne grosseur
1 tasse de petit raisin
2 tasses de farine Five Roses
1½ c. à thé de poudre à pâte
¼ c. à thé de sel
½ c. à thé de soda à pâte dissous dans 1 c. à thé d'eau chaude

Presser l'orange et ajouter le jus au lait. Passer le reste de l'orange au hachoir avec le raisin. Préparer la pâte comme un gâteau au beurre, ajoutant l'orange et le raisin hachés puis les blancs d'œufs en neige ferme.

Assembler les étages avec une crème cuite à l'orange, et couvrir d'une glace à l'orange.

GATEAUX REVOLUTIONS OU TROIS MINUTES

Grâce à l'expérience précieuse acquise en se servant des malaxeurs électriques, une nouvelle méthode de préparer les gâteaux au beurre devient de plus en plus populaire. C'est le gâteau trois minutes.

Le nom vient de ce que la pâte est brassée exactement durant trois minutes mais à bonne vitesse la cuisinière devant compter de 135 à 130 tours de cuiller ou révolutions à la minute. Une personne habituée et endurcie peut tout simplement surveiller l'horloge tandis que la novice celle qui a besoin de respirer un peu durant la préparation du gâteau, aura de meilleurs résultats en comptant les tours de cuiller.

La méthode ménage bien de la vaisselle car il est possible de préparer le gâteau avec un seul bol et une seule tasse, sans même salir le moulin pour les œufs.

Il faut pour réussir que les ingrédients,— surtout la graisse ou beurre, le lait et les œufs soient tièdes au moment de s'en servir. Le four doit être à point et les moules graissés quand la préparation du gâteau proprement dit commence.

Sasser la farine une fois, la mesurer. Mettre dans le sas la farine, le sel, sucre, etc., et sasser le tout au-dessus d'un grand bol. Dans ce bol, mettre la quantité de gras, requise et ajouter le lait. Battre le tout durant 2 minutes ou de 275 à 300 tours de cuiller. Ajouter les œufs, battre 1 minute de plus.

Battre la pâte, on se le rappelle, veut dire tourner et retourner les ingrédients en profondeur, pour à chaque coup ramener sur le dessus la pâte que la cuiller est allée chercher dans le fond du bol.

Il faut avoir soin de passer la spatule de caoutchouc tout autour du bol et dans la cuiller plusieurs fois durant la préparation du gâteau afin que la pâte soit battue également partout.

Verser dans les moules et mettre au four immédiatement.

Voici deux recettes types qui serviront à indiquer comment procéder pour préparer son gâteau favori en suivant la méthode trois minutes.

GATEAU A ETAGES

2 tasses de farine Five Roses
3½ c. à thé de poudre à pâte
½ c. à thé de sel
1 tasse de sucre
½ tasse de graisse ou de beurre
1 tasse de lait doux
essence au goût
2 œufs

Sasser la farine une fois, la mesurer et la sasser de nouveau avec le sel, la poudre et le sucre. Mettre la graisse dans un grand bol, sasser dessus les ingrédients secs, ajouter le lait. Mélanger un peu et battre vigoureusement le temps de 275 à 300 tours de cuiller, soit deux minutes entières. Casser 1 œuf dans la tasse qui a déjà servi, verser l'œuf dans le bol; casser l'autre œuf encore dans la tasse, le verser dans le bol et battre la pâte de 135 à 150 coups soit une bonne minute. Verser la pâte dans deux moules à gâteau (9 pouces) bien graissés et faire cuire à four modéré environ 25 minutes. (375°F.).

Par précaution il ne faut pas verser les œufs directement dans la pâte. Si par accident l'œuf cassé dans la tasse n'est pas frais, c'est un œuf perdu et non pas tous les ingrédients d'un gâteau.

Avec cette recette on peut préparer un bon nombre de gâteaux en changeant la forme du moule, en ajoutant des épices, des noix ou des fruits; en variant la glace ou le remplissage. C'est vraiment une recette à tout faire.

GATEAU AU CHOCOLAT

1⅓ tasse de farine Five Roses
1 tasse de sucre
½ tasse de cacao
1¼ c. à thé de soda à pâte
2 œufs
¼ c. à thé de crème de tartre
1 c. à thé de sel
⅔ tasse de graisse
¾ tasse de lait

Sasser la farine une fois, la mesurer et sasser tous les ingrédients secs—sucre compris—dans un grand bol. Ajouter la graisse déjà molle, ajouter le lait. Battre en comptant 200 coups de cuiller. Casser un œuf dans la tasse qui a servi à mesurer le lait, l'ajouter à la pâte; casser l'autre œuf dans la tasse, ajouter à la pâte et brasser 250 coups. Verser dans deux moules de 9 pouces bien graissés et mettre à four modéré (environ 350°F) de 30 à 40 minutes. Mettre une glace blanche aromatisée à l'essence de menthe entre les étages et sur le dessus; décorer d'une couche mince de chocolat pas sucré.

Il faut passer la spatule tout le tour du bol et dans la cuiller plusieurs fois durant la préparation du gâteau pour faire en sorte que toute la pâte soit brassée également. Employer des ingrédients tièdes, surtout le lait, les œufs et la graisse. S'assurer avant de commencer à démêler le gâteau que le four est à point et graisser les moules qui vont servir.

FRIANDISES FAITES AVEC UNE PATE A GATEAU

Un gâteau au beurre ou un gâteau éponge peuvent servir à préparer toutes sortes de friandises jolies et délicates. Ces friandises seront mises au four dans des petits moules, des coquilles de papier, ou bien la pâte à gâteau cuite dans une grande lèchefrite sera taillée à l'aide d'un découpoir pour les galettes et les petits gâteaux obtenus glacés avec beaucoup de fantaisie.

PETITS GATEAUX AUX CERISES

Préparer une pâte riche — gâteau 3 oeufs, gâteau doré ou gâteau de réception — Ajouter ¾ de tasse de cerises confites coupées par morceaux et saupoudrées d'un peu de farine. Cuire dans de minuscules moules à gâteaux dans un four plutôt chaud, 375 à 400°F.

PETITS GATEAUX AUX EPICES

Préparer une recette de brioche espagnole, la faire cuire dans des petits moules à gâteaux. Glacer avec une glace au beurre ou au café.

PETITS GATEAUX DE FANTAISIE

Cuire une recette de gâteau de réception dans une grande lèchefrite basse. Quand la pâte est refroidie, la découper en carrés, en rondelles et en triangles. Couper quelques petits gâteaux en trois tranches, les réunir avec une couche de gelée entre chaque rang. Creuser les rondelles, remplir la cavité avec une bonne crème à l'orange ou au citron et replacer un petit couvercle sur chaque gâteau. Glacer les côtés des triangles, les passer dans des noix hâchées ou du coco; laisser sécher un peu et glacer le dessus.

Les petits gâteaux de couleur sont faciles à réussir. Une recette double de glace bouillie ou de glace à la japonaise est séparée en trois ou quatre portions et chaque portion est alors aromatisée différemment: menthe, rose, vanille, orange ou chocolat et un rien de couleur ajouté. Cette couleur, à l'exception du chocolat, doit rester très, très pâle.

Certaines cuisinières préfèrent commencer à glacer les côtés des petits gâteaux et, quand c'est sec, glacer le dessus. D'autres plantent un cure-dent dans le fond du gâteau à décorer et glacent tout le gâteau du même coup.

On trouve dans le commerce toutes sortes de sucres et dragées de fantaisie qui, pour quelques sous, facilitent grandement la tâche de garnir les petits gâteaux.

Il y a aussi l'outil cher aux pâtissiers, ce sac à gueule de métal dans lequel la glace passe et prend forme. Mais il faut commencer par apprendre à s'en servir. On recommande de pratiquer sur le fond d'une assiette afin de faire servir la même glace plusieurs fois.

GATEAUX AU MOKA

Cuire un gâteau éponge, gâteau doré ou de réception dans une grande lèchefrite. Quand c'est refroidi, tailler la pâte en carrés. Trancher chaque portion sur l'épaisseur, recoller avec un peu de gelée. Passer de la glace au moka sur les côtés, saucer dans du coco rôti. Glacer le dessus, décorer d'un peu de glace passée au tube et d'un peu de gelée.

PETITS GATEAUX AU CITRON

Préparer comme les mokas mais remplir avec une crème au citron. Glacer avec un glace bouillie ou à la japonaise. On peut préparer des gâteaux à l'orange de la même façon.

CARRES AUX ARACHIDES

Préparer une grande feuille de gâteau comme pour les mokas; couper en carrés, fourrer la pâte avec une crème à la vanille ou une glace au beurre. Glacer avec une glace au beurre et rouler dans les arachides pelées et pilées.

PETITS GATEAUX A LA CREME FOUETTEE

Préparer une recette de gâteau riche, mettre dans des petits moules bien graissés, et cuire à four modéré. Quand les gâteaux sont cuits, les ouvrir et mettre une cuillerée de crème fouettée sucrée et aromatisée dans le centre. Glacer le dessus. Servir pour le thé.

GATEAUX FOURRES

Préparer une recette de gâteau au chocolat et la mettre cuire dans des petits moules. Quand les gâteaux sont refroidis, les creuser, remplir la cavité avec un peu de confiture aux dattes et replacer un petit couvercle de pâte. Glacer et servir.

GATEAUX EPONGES ET GATEAU DES ANGES

Les gâteaux éponges et les gâteaux des anges ne contiennent pas de gras. Normalement ils doivent gonfler par la seule force de l'air fouetté dans les oeufs. Il existe tout de même quelques bonnes recettes de gâteaux éponges où un peu de poudre à pâte remplace une partie des oeufs. Les résultats sont satisfaisants au point de vue culinaire et la bourse s'en trouve fort bien.

Le gâteau des anges et les gâteaux éponges ont besoin d'une cuisson prolongée dans un four lent. Ils sont versés dans des moules non beurrés et mis à refroidir à l'envers sur un gril pour éviter qu'ils retombent puisque les oeufs dont ils sont gonflés ne se coagulent franchement que quand ils sont froids. Pour la même raison il faut mettre cuire ces gâteaux dans des moules assez profonds pour que la pâte n'atteigne pas les bords. A défaut du moule spécial, un chaudron d'aluminium fait assez bien l'affaire quand les assiettes à gâteaux ne sont pas suffisamment profondes.

GATEAU DES ANGES

Recette tirée de l'ancien Livre de Cuisine Five Roses et réimprimée sur demande expresse.

11 blancs d'oeufs
1½ tasse de sucre en poudre
1 tasse de farine Five Roses
1 c. à thé de crème de tartre
1 c. à thé de vanille
pincée de sel

Battre les blancs d'oeufs avec le sel jusqu'à ce qu'ils soient mousseux, ajouter la crème de tartre. Battre jusqu'à ce qu'ils soient fermes mais non secs. Tamiser la farine avec le sucre quatre ou cinq fois, l'incorporer aux blancs d'oeufs bien délicatement, à l'aide d'un fouet. Cuire dans le moule spécial non beurré, durant une heure ou un peu plus, à 300°, 325°F. Ne pas ouvrir le four durant les premières 30 minutes. Quand le gâteau est cuit, faire refroidir à l'envers comme un gâteau éponge. On peut remplacer la vanille par du zeste d'orange ou de citron.

GATEAU EPONGE

6 oeufs
1 tasse de sucre blanc
1 c. à soupe d'eau froide
1 c. à soupe de jus de citron
1 tasse de farine Five Roses
pincée de sel
zeste râpé ½ citron

Sasser la farine 1 fois, la mesurer, la sasser 4 fois encore. Séparer les oeufs, battre les blancs en neige ferme, y ajouter la moitié du sucre un peu à la fois en continuant de battre. Battre les jaunes; quand ils sont épais et pâles ajouter le reste du sucre et le liquide. Combiner les blancs et les jaunes avec des gestes doux, on les enveloppant l'un dans l'autre. Couper et envelopper les ingrédients secs dans le mélange, sans battre ni fouetter. Verser dans un grand moule *non-beurré*, mettre cuire 1 heure environ dans un four à 325°F. Laisser refroidir à l'envers, sur un gril pour que l'air puisse circuler en-dessous, mais pas dans un courant d'air. Quand le gâteau est refroidi, il est facile de le décoller avec un bon couteau mince ou une spatule.

GATEAU EPONGE

4 oeufs
1 tasse de sucre
5 c. à soupe d'eau froide
¾ tasse de farine Five Roses
2 c. à soupe de fécule de maïs
2 c. à thé de poudre à pâte
pincée de sel

Sasser la farine 1 fois, la mesurer. Sasser ensemble 4 fois la farine, la poudre à pâte, la fécule de maïs et le sel. Battre les blancs d'oeufs en neige très ferme. Battre les jaunes pour qu'ils soient épais et pâles, ajouter peu à peu le sucre et l'eau. Quand tout le sucre a disparu ajouter les ingrédients secs et quand le mélange est lisse couper et envelopper dedans les blancs d'oeufs battus en neige ferme. Verser dans un moule profond, pas beurré. Mettre cuire de 40 à 50 minutes dans un four dont le thermomètre marque de 325° à 350°, pas plus. Laisser refroidir à l'envers.

Ce gâteau est parfait nature surtout pour accompagner de la crème à la glace. On peut le décorer comme ceci: placer dessus un napperon de dentelle de papier, couvrir le napperon de sucre en poudre. Enlever le napperon avec précaution pour que le dessin de sucre reste bien net sur le gâteau.

Pour le gâteau éponge à l'érable, couvrir tout le gâteau d'une épaisse couche de glace bouillie ou d'une glace 7 minutes faite avec du sucre d'érable ou du sirop au lieu du sucre blanc des recettes modèles.

Pour le gâteau soleil remplacer 1 c. à soupe d'eau par autant de jus d'orange. Garnir d'une glace au beurre aromatisée et colorée avec le zeste râpé d'une orange.

GATEAU ROULE

2 oeufs
¾ tasse de sucre
¼ tasse d'eau
2 c. à thé de poudre à pâte
1 tasse de farine Five Roses
pincée de sel
gelée ou confiture

Battre les blancs d'oeufs en neige ferme. Sasser la farine 1 fois, la mesurer et la sasser 4 fois avec la poudre et le sel. Battre les jaunes d'oeufs et quand ils sont pâles et épais, ajouter le sucre peu à peu, puis le liquide. Quand tout le sucre est disparu ajouter les ingrédients secs. Quand le mélange est lisse couper et envelopper dedans les blancs d'oeufs battus en neige ferme. Verser dans une lèchefrite bien beurrée, la pâte ayant ¼ de pouce d'épaisseur environ. Cuire dans un four à 325° - 350°F.. Selon le genre de lèchefrite employée, la cuisson prendra de 12 à 20 minutes et il faut sortir le gâteau du four aussitôt qu'il est cuit. Tourner cette feuille de gâteau sur un linge ou un grand papier brun, saupoudré généreusement de sucre en poudre. Etendre la confiture ou la gelée. (Dans ce cas, manier la gelée un peu avant pour qu'elle étende facilement.) Couper vivement toutes les croûtes du gâteau et le rouler en s'aidant du linge ou du papier. Le laisser enveloppé pour qu'il garde la forme.

GATEAUX DE NOEL ET GATEAUX DE NOCES

Qu'ils soient préparés à l'occasion d'un mariage ou pour la Noel, les gâteaux aux fruits ont absolument besoin qu'il s'écoule un certain temps entre le moment où ils sortent du four dans une bonne odeur d'épices et le jour où ils seront servis dans toute la splendeur d'une décoration appropriée.

Comme le vin, gâteaux aux fruits, plumpouding anglais et "mincemeat" doivent être faits à l'avance pour avoir le temps de mûrir bien tranquillement. Mais tandis que le vin prend des années à vieillir, les gâteaux prennent des semaines ou des mois. Une pâte riche doit vieillir plus longtemps qu'une autre pour vraiment donner toute sa saveur, une saveur faite du mariage de tous les ingrédients et non pas du seul goût de l'un ou de l'autre.

La préparation d'un gâteau aux fruits semblera moindre corvée si la cuisinière prépare les fruits une journée et la pâte le lendemain. Fruits et noix sont nettoyés, tranchés, hâchés. Pour empêcher que les fruits — les dattes surtout — collent, il est bon de les enfariner tout de suite. La farine est sassée et mesurée afin de déduire cette quantité de ce qui doit entrer dans la recette.

S'il adhère du sucre aux écorces confites, il faut l'enlever et le garder pour sucrer une compote. Les écorces comprennent du citron, de l'orange et du citronnat ou cédrat. On peut les employer en mélange ou choisir seulement son fruit préféré. Il faut blanchir et tailler les amandes. Quant aux dattes, une fois les noyaux enlevés elles seront hâchées ou taillées en lanières. Un peu de beurre sur le couteau ou les ciseaux facilite l'opération.

PREPARATION DE LA PATE

Choisir les moules à gâteaux et doubler chaque moule avec deux ou trois épaisseurs de solide papier brun, le papier dépassant tout le tour un demi-pouce environ. Graisser le papier avec soin.

Rassembler les ingrédients, les peser ou les mesurer selon le cas.

Sasser la farine une fois, la mesurer en tenant compte de la farine qui a servi à enrober les fruits. Sasser la farine de nouveau avec les épices, sel, poudre à pâte, soda, etc.

Défaire le beurre ou la graisse en crème. Ajouter le sucre un peu à la fois, en brassant entre chaque addition. Ajouter les oeufs un par un, en ayant soin de mélanger l'oeuf à fond avant d'ajouter le suivant. (Excepté si la recette donne des instructions contraires). Si le mélange ressemble à une crème qui tourne, ajouter un peu de farine avant d'ajouter le reste des oeufs.

Ajouter maintenant le liquide et l'essence en alternant avec la farine. Quand la recette ne comprend pas de liquide, ajouter la farine en plusieurs fois, battre entre chaque addition.

Ajouter les fruits et les noix. (Certaines cuisinières préfèrent ajouter le citronnat et les amandes quand la pâte est dans les moules; elles mettent un rang de pâte, un rang de citronnat et d'amandes, un autre rang de pâte et ainsi de suite.)

Remplir les moules aux deux-tiers seulement en prenant garde que la pâte remplisse bien les coins.

CUISSON

Les cuisinières timides préfèrent cuire leurs gâteaux aux fruits à la vapeur et les faire sécher au four. Elles ont tort, la pâte étant bien meilleure cuite au four. Pour mettre toutes les chances de son côté, il est bon de placer en arrière du four, un plat contenant une couple de tasses d'eau. Ou bien, s'il y a danger de brûler le fond, le moule de gâteau aux fruits peut être placé dans une lèchefrite contenant un peu de sable ou de gros sel. Dans tous les cas, il faut que l'air et la chaleur puissent circuler, donc qu'il reste de l'espace entre les moules de gâteaux.

Les moules seront choisis avec soin. Un pain et une couronne cuisent plus facilement qu'un gros cube et donnent de plus belles tranches. Un papier épais ou un couvercle bien graissés et posés sur le moule jusqu'à la dernière demi-heure empêchent le dessus de sécher. Les morceaux d'ananas, de belle-angélique, les cerises et les noix dont on décore les gâteaux de Noel, seront mis en place seulement vers la fin de la cuisson. Il faut avoir son dessin tout décidé d'avance et procéder vivement pour éviter que la pâte refroidisse.

Il est assez difficile de dônner exactement le temps nécessaire à la cuisson. On peut calculer qu'une pâte plutôt riche, placée dans un moule à pain de 10" x 5" x 3¼" et mise à 300°F. a besoin de cuire 2½ heures. Cela veut dire un gâteau d'environ 3 livres.

Quand le gâteau est cuit, il est ferme quand on le presse du bout du doigt, et ne marque pas. Retirer le gâteau du four, le tourner sur un gril. Après quelques minutes retirer le moule, laisser refroider le gâteau complètement avant de le serrer.

Enveloppé de papier ciré ou de cellophane, le gâteau est mis au frais dans une tinette de grès ou une boîte de fer-blanc hermétique. On peut y mettre une couple de pommes coupées en quartiers si on aime leur parfum. On peut envelopper le gâteau dans un linge humide de cognac, ou l'enterrer dans du sucre ou de la cassonade. Chacun de ces procédés a son bon côté et ses adeptes.

GATEAU DE NOCES

Un beau gâteau de noces représente à peu près vingt-cinq livres de gâteau aux fruits. Le premier étage mesure à peu près 12 pouces de côté, le deuxième 10 et le plus petit 6 pouces. On le fait rond ou carré. Le gros moule prend environ la moitié de la pâte, les deux autres le reste. C'est dire qu'il est possible de préparer un très beau et bon gâteau de noces en se servant de son gâteau aux fruits favori au lieu d'essayer une recette inconnue pour l'occasion. Il faut seulement doubler ou tripler la recette, selon le cas, pour avoir le volume désiré. Il s'agit soit de préparer assez de pâte pour les trois moules du coup ou bien de s'y prendre en deux fois. La pâte pourrait attendre au froid que le four soit libre des premiers étages ou bien le plus gros moule sera cuit à la vapeur tandis que les autres sont dans le four.

Pour cuire un étage à la vapeur il faut que le moule soit couvert d'un papier graissé et deposé sur un gril dans une grande marmite d'eau bouillante. L'eau doit atteindre aussi haut que la moitié de l'épaisseur de la pâte et doit bouillir tout le temps. La marmite doit rester couverte et au fur et à mesure de l'ébullition il faudra ajouter de l'eau bouillante. La cuisson à la vapeur prend à peu près le même temps que la cuisson au four et de plus il faut ensuite sécher le gâteau au four.

GATEAU AUX DATTES POUR LES FETES

1½ tasse de graisse à pâtisserie
4 tasses de sucre blanc
6 oeufs (gros)
2 tasses de lait doux
6 tasses de farine Five Roses
2 c. à thé de soda à pâte
1 c. à thé de clou de girofle
1 c. à soupe de gingembre
1 c. à soupe de cannelle
1 c. à thé de muscade
2 tasses de petit raisin (sans noyau)
2 livres de dattes (sans noyau)
¾ livre de noix de grenoble écalées
½ tasse de farine Five Roses

Couper les dattes en fines lanières, les combiner avec la demi-tasse de farine. Ajouter le raisin et les noix cassées par morceaux. (Comme la préparation des fruits prend assez de temps il est bon de commencer le gâteau la veille. La recette est simple comme tout dans le fond et comme elle donne 3 gâteaux de bonnes dimensions c'est du temps bien employé.)

Défaire la graisse en crème, ajouter le sucre peu à peu et les oeufs battus. Sasser la farine 1 fois, la mesurer, y ajouter le soda et les épices. Ajouter un peu de lait au mélange d'oeufs, puis une partie de la farine et ainsi de suite. Ajouter en dernier lieu les fruits enfarinés. Verser dans au moins trois moules bien graissés et garnis de papier brun bien graissé. Cuire dans un four à 325°F. environ 1 heure et demie. Mettre vieillir au moins 1 semaine.

GATEAU DE NOEL PALE

5 tasses de farine Five Roses
½ c. à thé de sel
1 c. à thé de poudre à pâte
2 tasses de beurre
2 tasses de sucre granulé
9 oeufs
3 tasses de raisin sultana pâle
4 tasses d'écorces confites (coupées en lanières)
2 tasses d'amandes pelées et tranchées
1½ tasse de cerises confites, coupées en deux
le zeste et le jus de 1 citron

Mélanger comme d'habitude et cuire lentement (275 à 300 deg. F.) pendant 3 ou 3½ heures. La recette donne 2 gâteaux de bonne dimension.

Ménagères d'expérience repassant les ingrédients de sa recette favorite: beurre . . . oeufs . . . sucre . . . lait . . . farine *Five Roses* . . .

GATEAU DE NOEL TUTTI FRUTTI

4½ à 5 tasses de farine Five Roses (Indications plus bas)
2 c. à thé de poudre à pate
1 c. à thé de sel
1 noix de muscade râpée
1 c. à soupe de fécule de maïs
1½ tasse de beurre
1 tasse de sucre
7 oeufs
1 lb. de cerises confites, coupées en moitiés
2 tasses d'écorces confites, coupées en lanières
1½ lb. de raisin sultana ordinaire
½ lb. de raisin, sultana pale
6 onces d'amandes pelées, finement hachées
1 verre de gelée de petites pommes
1 verre de confiture d'ananas épaisse
ou
¼ lb. d'ananas confit haché
½ tasse de Cognac, vin, ou jus de fruit
1 c. à thé de vanille et autant d'extrait d'amande
¼ c. à thé d'eau de rose

La quantité de farine requise dépend de la consistance de la gelée et de la confiture. Employer de préférence la petite quantité de farine, ajoutant la ½ tasse supplémentaire seulement si la pâte semble trop claire. Se servir de gelée et de confiture faites à la maison. Les gelées et les conserves préparées avec de la pectine commerciale ne peuvent servir ici.

Mélanger selon l'usage, ajoutant les oeufs non-battus, un par un. Après avoir ajouté les oeufs au mélange de beurre et de sucre, y mettre un peu de la farine puis la gelée et la confiture et le reste de la farine. Cuire au four, à feu lent (275 à 300 deg. F.) pendant 3 ou 3½ heures.

En refroidissant, ce gâteau parait trop sec. Il amollit en mûrissant, et au bout de 4 ou 6 semaines, il sera léger et délicieux si l'on a soin de le conserver dans une boîte de métal ou de grès avec une ou deux pommes coupées.

Cette recette donne deux gâteaux de bonne dimension. Ils se conserveront pendant un an ou plus.

RICHE GATEAU DE NOCES

1 lb. de beurre
2 tasses de sucre d'érable
10 oeufs
2 c. à soupe de crème épaisse
1 verre de gelée de cassis
¼ tasse d'eau de rose
le jus de 1 citron
3 lbs. de raisin épépiné
1 lb. de raisin de corinthe
2 lbs. de dattes
1 lb. de figues
1 lb. de cerises confites
2 petites pommes finement hachées
¼ lb. de gingembre confit
1 lb. d'écorces de fruits confites
½ lb. d'amandes pelées et tranchées
½ lb. de noix de Grenoble
2 c. à thé de cannelle
1 c. à thé de clou
1 c. à thé de vanille
5 gouttes d'essence d'ananas et 5 d'orange
3½ tasses de farine Five Roses
2 c. à thé rases de soda à pâte

Procéder comme d'habitude. Cuire à four lent (250 à 275 deg. F.) pendant 6 heures, ou à la vapeur pendant 5 heures, et assécher ensuite à la chaleur douce du four.

GATEAU DE NOCES

1½ livre de beurre ou de graisse fine
1¾ livre de sucre
18 oeufs
4 livres de gros raisin épépiné
5 livres de raisin de corinthe
1 livre d'écorces confites
1 livre d'amandes
2 livres de farine Five Roses
2 c. à thé de muscade ou de macis
1 demiard d'alcool
1 c. à thé de soda à pâte

Couper les écorces en fines lanières; peler et hâcher les amandes; préparer les raisins et saupoudrer le tout avec 1 tasse de farine prise sur les 2 livres qui entrent dans le gâteau. Défaire le beurre en crème, y ajouter le sucre et ensuite les oeufs battus. Ajouter les ingrédients secs sassés plusieurs fois ensemble, puis l'alcool et les fruits. Voilà pour un gâteau à trois étages, l'étage du bas ayant un pied de diamètre.

PAIN AU GINGEMBRE ET BISCOTINS

Avec de la farine Five Roses, la cuisinière aura des pains au gingembre savoureux et tendres. On sait que la pâte de ce genre est vite préparée, avec ou sans oeufs; c'est aussi un bon moyen de faire servir une graisse moins fine que pour les gâteaux, par exemple de la graisse de bacon, de poulet, etc. Il y a toujours de la mélasse et des épices dans une pâte de ce genre et le goût du gras est perdu et déguisé.

Un pain au gingembre brûle facilement. Il faut donc une cuisson attentive dans un four lent, des moules bien graissés et même, s'il le faut, doublés de papier épais généreusement graissé.

PAIN D'EPICES SANS OEUFS

3 tasses de farine Five Roses
1 c. à thé de poudre à pâte
1 c. à thé de soda à pâte
½ c. à thé de sel
1 c. à thé de gingembre
1 c. à thé de cannelle
½ tasse de graisse
1 tasse de cassonade
1 tasse de mélasse
1 tasse d'eau bouillante
1 tasse de petit raisin
(On peut ajouter de la muscade)

Couvrir le fond d'une lèchefrite d'un papier bien graissé. Tamiser la farine, la poudre et le soda à pâte, le sel et les épices. Ajouter le raisin. Défaire la graisse en crème; ajouter le sucre et bien mélanger; ajouter la mélasse, puis l'eau bouillante. Mettre ensuite tous les ingrédients ensemble, bien brasser. Verser la pâte dans la casserole. Cuire dans un four modérément chaud (325 deg. F.) pendant 40 ou 50 minutes.

PAIN D'EPICES SUCCULENT

½ tasse de graisse
1 tasse de cassonade
2 oeufs
½ tasse de mélasse
½ c. à thé de sel
1 c. à thé de cannelle
½ c. à thé de clou
2 c. à thé de gingembre
1 c. à thé de poudre à pâte
2 tasses de farine Five Roses
⅔ de tasse d'eau bouillante
1 c. à thé de soda à pâte

Défaire la graisse et la cassonade en crème; ajouter la mélasse, le sel, le clou et la cannelle. Verser l'eau bouillante sur le soda à pâte (une c. à t. rase) et ajouter au premier mélange.

Tamiser la farine avec la poudre à pâte et le gingembre et l'ajouter ainsi que les oeufs bien battus. Mélanger et battre le tout.

Mettre un papier épais dans la lèchefrite et verser la pâte. Cuire pendant 40 minutes dans un four modérément chaud (325° ou 350° F.)

MOINE BLANC

Préparer un pain au gingembre dans des moules ronds. Quand c'est froid, disposer entre les étages des tranches de bananes bien mûres. Glacer entièrement avec une épaisse couche de crème fouettée bien sucrée. A la toute dernière minute,garnir de cercles de tranches de bananes.

BISCOTINS AU GINGEMBRE I

1 tasse de mélasse
1 tasse de sucre
1 tasse de graisse fondue
1 c. à thé de soda à pâte
½ c. à thé de clou
2 c. à thé de cannelle
1 c. à thé de gingembre
1 c. à thé de sel
½ tasse d'eau bouillante
farine Five Roses

Mélanger les ingrédients dans l'ordre donné, employant assez de farine Five Roses pour obtenir une pâte molle. Ne pas rouler. Prendre la pâte par petits morceaux de la grosseur d'une bille et rouler avec les mains. Placer à environ 1 pouce de distance dans des lèchefrites et cuire à four modéré jusqu'à ce qu'ils aient bonne couleur.

BISCOTINS AU GINGEMBRE II

1 tasse de mélasse
1 tasse de sucre
½ tasse de graisse
3 c. à thé de gingembre
2 c. à thé de cannelle
1 tasse de crème
4¾ à 5 tasses de farine Five Roses
3 c. à thé de poudre à pâte
1 c. à thé de sel

Défaire en crème la mélasse, le sucre, la graisse et les épices. Ajouter la crème, la farine et la poudre à pâte. Laisser reposer la pâte pendant quelques heures ou toute la nuit dans un endroit frais. La rouler TRES mince. Tailler la pâte avec un petit découpoir. Cuire à four modéré (375°F.) 5 à 7 minutes. Pour que les biscotins soient bien croustillants, il faut surtout rouler la pâte aussi mince que possible et cuire à chaleur bien égale.

GARNITURES POUR TARTES ET GATEAUX

Les garnitures de tartes et de gâteaux préparées avec de la farine Five Roses sont riches, lisses et appétissantes. Ces garnitures variées permettent à la cuisinière de transformer gâteaux et tartes presque à l'infini et d'éviter la monotonie du même dessert qui revient trop souvent.

CREME PATISSIERE (Recette modèle)

Cette recette est suffisante pour garnir une tarte de bonne dimension. S'il s'agit de fourrer un gâteau à étages, la moitié de la recette suffira.

6 c. à soupe de sucre blanc
6 c. à soupe de farine Five Roses
2 tasses de lait
2 jaunes d'oeufs
1 c. à soupe de beurre (facultatif)
essence au choix, 1 c. à thé
pincée de sel

La crème épaissie avec 6 c. à soupe de farine Five Roses est assez solide pour garder sa forme quand on la coupe. Pour avoir une crème plus claire, employer seulement 5 c. à soupe de farine Five Roses.

Tamiser le sucre, la farine et le sel. Chauffer le lait au bain-marie, l'ajouter aux ingrédients, un peu à la fois, en brassant pour que ce soit lisse. Remettre au bain-marie, cuire en brassant durant une quinzaine de minutes. Verser un peu de la crème sur les jaunes d'oeufs battus, mélanger et ajouter au reste de la crème. Cuire 2 ou 3 minutes. Retirer du feu, ajouter le beurre, bien mélanger.

La crème tiède peut être versée dans une tarte mais s'il s'agit de garnir un gâteau, attendre qu'elle soit bien refroidie.

On peut varier la crème en l'aromatisant de vanille, d'orange ou de citron, en ajoutant des fruits coupés en dés ou des noix.

CREME AU CAFE

Employer 1 tasse de crème ou de lait évaporé et 1 tasse de café au lieu de 2 tasses de lait. Ou bien ajouter 3 c. à thé (plus ou moins, au goût) de café instantané aux jaunes d'oeufs battus. Mélanger, ajouter au reste.

CREME CARAMEL AU BEURRE

Cuire ¼ tasse de beurre et ¾ tasse de cassonade jusqu'à ce que la cassonade soit fondue mais sans laisser le mélange prendre couleur. Ajouter 2 tasses de lait et mettre de côté le temps de laisser fondre le sucre. Préparer la crème en employant ce lait au caramel à la place du lait et du sucre de la recette.

CREME DES MONTAGNES BLANCHES

Préparer une recette de crème avec 5 c. à soupe de farine Five Roses et 1½ tasse de lait. Aromatiser à la vanille. Quand la crème est bien refroidie y incorporer 1 tasse de crème fouettée très épaisse.

CREME A LA FRANCAISE

1½ tasse de lait
3 jaunes d'oeufs
½ tasse de sucre
¼ tasse de farine Five Roses
1 c. à soupe de beurre
¼ c. à thé de sel
1 c. à thé de vanille

Préparer comme une crème patissière, recette modèle.

CREME AU CITRON

2 tasses d'eau bouillante
3 c. à soupe de jus de citron
zeste râpé d'un citron
2 jaunes d'oeufs
¾ tasse de sucre blanc
6 c. à soupe de farine Five Roses
¼ tasse de beurre

Mettre le zeste de citron dans l'eau bouillante, puis procéder comme d'habitude. Ajouter le jus de citron et le beurre quand la crème est cuite et retirée du feu.

BEURRE AU CITRON

1 tasse de sucre
2 citrons
¼ tasse de beurre
3 oeufs

Employer le jus des deux citrons et le zeste râpé d'un citron. Mélanger les ingrédients dans un bain-marie et cuire jusqu'à ce que le mélange soit aussi épais que du miel. Verser dans des pots stérilisés, fermer quand c'est froid. Parfait pour garnir des tartelettes.

CREME AU CHOCOLAT

Préparer la recette modèle avec ⅔ de tasse de sucre et 2 carrés de chocolat pas sucré. Pour une crème plus riche, incorporer 1 tasse de crème fouettée très ferme dans la crème patissière bien refroidie.

CREME A L'ANANAS

Préparer la recette modèle avec ½ tasse de sucre; remplacer 1 des tasses de lait par 1 tasse de jus d'ananas. Une fois la crème retirée du feu, y mélanger ½ tasse d'ananas hâché fin et bien égoutté.

GARNITURE A L'ORANGE

1½ tasse d'eau bouillante
⅔ tasse de sucre
6 c. à soupe de farine Five Roses
pincée de sel
½ tasse de jus d'orange
zeste râpé d'une orange
2 jaunes d'oeufs
2 c. à soupe de beurre
1 c. à soupe de jus de citron (facultatif)

Préparer comme la crème au citron. On peut employer du lait à la place de l'eau, si on le préfère, dans la garniture à l'orange.

CREME AUX FRUITS

Mélanger délicatement 1 blanc d'oeuf battu en neige ferme, 2 tasses de crème fouettée, ⅓ de sucre à fruits et ½ tasse de fruits hâchés bien égouttés. Ajouter un peu de vanille. Placer entre les étages et sur le dessus d'un gâteau. Givrer avec du coco râpé. Mettre au froid et servir le jour même.

CREME AU CAFE

Aromatiser la crème fouettée et sucrée avec du café instantané dissous dans un peu d'eau bouillante. Garnir une croûte ou des petits gâteaux.

GARNITURE AUX DATTES

A la recette modèle de crème patissière, ajouter 1 tasse de dattes coupées par morceaux quand la crème a déjà épaissi. Finir comme d'habitude.

GLACES DE GATEAUX

Une bonne glace ajoute beaucoup à la saveur du gâteau tout en le gardant frais bien plus longtemps que s'il était au naturel.

GLACE VITE FAITE

Mélanger 1 c. à thé de beurre dans un peu de sucre en poudre; ajouter 1 tasse de sucre en poudre graduellement, puis 2 ou 3 cuillerées à soupe de lait bouillant. Ajouter assez de sucre en poudre pour obtenir une bonne consistance et 1 c. à thé d'essence de vanille. Glacer les gâteaux tandis que la glace encore molle s'étend facilement.

GLACE MIROIR

1 blanc d'oeuf
2 c. à soupe de lait
sucre en poudre tamisé
½ c. à thé de vanille ou jus de citron

Battre le blanc d'oeuf en neige ferme, ajouter le lait puis assez de sucre pour avoir une glace facile à étendre. Continuer à battre un moment, aromatiser avec de la vanille, du jus de citron ou du zeste râpé d'orange ou de citron.

GLACE AU MOKA

3 c. à soupe de café fort
2 c. à soupe de beurre
3 c. à soupe de cacao
1 tasse de sucre en poudre tamisé

Prendre du café très fort et fraîchement fait. (On peut employer du café instantané). Ajouter le beurre au café chaud, puis le cacao, bien mélanger. Ajouter le sucre en poudre, un peu à la fois. Le mélange doit être très lisse et assez mou pour s'étendre facilement.

GLACE AU BEURRE D'ARACHIDE

A ½ tasse de lait condensé, ajouter 1 c. à soupe de café très fort et 2 c. à soupe de beurre d'arachide. Bien mélanger puis ajouter peu à peu assez de sucre en poudre pour avoir une glace facile à étendre.

GLACE AU CHOCOLAT

Faire fondre au bain-marie 2 carrés de chocolat pas sucré; ajouter 1 c. à thé de beurre et 3 c. à soupe de lait ou de café; mélanger. Refroidir un peu, ajouter 1¼ tasse de sucre en poudre (assez pour avoir une gla ce molle) et un peu de vanille si la glace est faite au lait.

GLACE CUITE AU CHOCOLAT

Faire bouillir ensemble 1 tasse de sucre blanc, 1 tasse de cassonade, 1 tasse de lait et 2 carrés de chocolat. Quand le sirop fait une boule molle dans l'eau froide, retirer du feu, ajouter 1 c. à soupe de beurre et 1 c. à thé de vanille. Laisser tiédir puis brasser jusqu'au moment où le sucre tourne en crème.

GLACE SUCRE A LA CREME

Bouillir ensemble 2 tasses de sucre d'érable et 1 tasse de crème sure. Quand le sirop fait une boule molle dans l'eau froide, retirer du feu et ajouter ½ tasse de noix de grenoble cassées. Laisser refroidir avant de battre en crème. A défaut de sucre d'érable, employer de la cassonade.

GLACE A L'ORANGE

Au jus d'une orange ajouter assez d'eau pour avoir 4 c. à soupe de liquide. Ajouter le zeste râpé, 1 c. à soupe de beurre et assez de sucre en poudre pour avoir une glace pas trop molle. On peut remplacer 1 c. à soupe de liquide par autant de jus de citron.

GLACE BOUILLIE

2 tasses de sucre blanc
⅓ tasse de sirop de blé d'Inde
⅓ tasse d'eau
2 blancs d'oeufs
essence

Cuire ensemble le sucre, le sirop et l'eau jusqu'à ce que le mélange fasse de longs fils. Retirer du feu, verser très lentement en un filet mince sur les blancs d'oeufs battus en neige ferme. Il faut continuer de battre tout le temps qu'on ajoute le sirop. Aromatiser et battre jusqu'à ce que le mélange soit refroidi, crémeux, et qu'il tienne. On peut employer de l'essence d'amande ou de vanille, du zeste d'orange ou de citron, ou ajouter des fruits, des noix ou du coco.

GLACE BOUILLIE AU CHOCOLAT

Préparer une glace bouillie, ajouter 3 carrés de chocolat fondu après que tout le sirop a été versé sur les blancs d'oeufs mais avant que le mélange soit froid.

GLACE BOUILLIE AU CAFE

Préparer une glace bouillie en remplaçant l'eau par du café fort, ou bien aromatiser le mélange chaud avec du café instantané.

GLACE AU MIEL

1 tasse de sucre blanc
¼ tasse d'eau froide
¼ tasse de miel
1 blanc d'oeuf

Préparer comme une glace bouillie.

GLACE SEPT MINUTES

1 blanc d'oeuf
⅛ c. à thé de crème de tartre
⅓ tasse d'eau bouillante
1 tasse de sucre
pincée de sel
essence

Placer le sucre, le sel, la crème de tartre et l'eau bouillante dans le bain-marie, ajouter le blanc d'oeuf et battre avec le moulin jusqu'à ce que la glace soit lisse et épaisse. Retirer du feu et aromatiser. On peut remplacer l'eau par du café.

La glace sept minutes est assez cuite quand la coupure faite avec un couteau d'argent reste bien nette. Si les lèvres se recollent, prolonger la cuisson. La glace bouillie et la glace sept minutes mettent plus de temps à cuire quand le temps est humide et pesant.

GLACE SEPT MINUTES A L'ERABLE

¾ tasse de sirop d'érable très épais
⅛ c. à thé de crème de tartre
2 c. à soupe de sucre d'érable ou de sucre blanc
1 blanc d'oeuf

Préparer comme la glace sept minutes, recette modèle. Cette recette succulente donne assez de glace pour fourrer et garnir un gâteau à étages de bonnes dimensions.

GLACE AU CARAMEL

1¼ tasse de cassonade
¼ c. à thé de crème de tartre
1 blanc d'oeuf
¼ tasse d'eau bouillante

Préparer comme la glace sept minutes.

GLACE A DECORER

Sasser ¼ c. à thé de crème de tartre avec 2 tasses de sucre en poudre. Placer 2 blancs d'oeufs dans un grand bol, verser dessus à peu près ½ tasse de sucre, battre vigoureusement. Ajouter le reste du sucre en plusieurs fois et battre jusqu'à ce que la glace tienne parfaitement. Couvrir d'un linge humide jusqu'au moment de s'en servir. La glace doit être assez épaisse pour garder la forme quand elle est passée dans le tube à décorer.

PATE D'AMANDE

Ebouillanter 1 livre d'amandes, enlever la peau. Laisser sécher, passer au hache-viande, plusieurs fois si nécessaire, pour avoir une pâte lisse. Ajouter 3 oeufs, une pincée de sel et assez de sucre en poudre pour que le mélange ait bonne consistance. Placer sur un marbre ou une planche et pétrir jusqu'à ce que ce soit bien lisse. Un peu de sucre sur le marbre empêche la pâte de coller. Envelopper la pâte d'amande dans deux doubles de papier ciré épais et garder au frais jusqu'au moment de s'en servir.

LA DECORATION DES GATEAUX DE NOEL ET DE NOCES

Les gâteaux de Noel et les gâteaux de noces sont d'abord enrobés dans une épaisse couche de pâte d'amande, puis recouverts avec une glace à décoration.



Le succès en cuisine dépend de plusieurs choses toutes simples: il faut des ingrédients de bonne qualité; une recette intelligente qu'on suivra à la lettre; des ustensiles permettant des mesures exactes rases, dira la recette. Il faut aussi un peu de jugement et, chaque fois qu'il est question de farine, employer la merveilleuse farine Five Roses.

Le gâteau est mis à l'envers pour que le dessus soit bien plat. S'il n'est pas d'aplomb dans l'assiette, l'égaliser en coupant une tranche mince au bon endroit. Peinturer tout le gâteau de blanc d'oeuf pour que la pâte d'amande colle bien, puis appliquer celle-ci. Mettre ensuite une mince couche de glace à décoration, puis garnir et décorer le gâteau à l'aide du tube.

Pour la Noel, la guirlande de houx sur le gâteau aux fruits constitue la décoration appropriée; feuilles et tiges de belle angélique, avec des petits bonbons rouges, des pommettes, pour les graines.

Quant aux gâteaux de noces, on trouve dans le commerce des fleurs et des feuilles blanches ou argentées et des motifs qui complètent bien la garniture de sucre.

Il faut une certaine pratique avant que la cuisinière puisse tirer bon parti de son tube à décorer mais c'est du temps bien employé. Chaque tube est accompagné d'instructions très précises sur la manière de s'en servir et de dessins faciles à copier. Pour simplifier les choses, pratiquer sur l'envers d'une grande assiette en faisant servir la même glace tout le temps de l'apprentissage.



POUR VOS AMIES

Les coupons qui se trouvent au commencement de ce livre de recettes seront de jolis cadeaux à offrir aux jeunes mariées, ou à vos amies, qui sont intéressées aux cuissons. Envoyez un de ces coupons, incluant un mandat de poste de $0.50 et le nom de la personne à qui vous voulez envoyer le livre de recettes, à: Lake of the Woods Milling Company Limited, Département des livres de recettes, Boite 908, Montréal, et elle recevra ce fort beau cadeau en moins de quelques jours. Ainsi, elle pourra se servir, chez elle, des nombreuses recettes de choix qui ont été recueillies dans toutes les parties du Canada.



Farine Enrichie **FIVE ROSES**



Farine Enrichie **FIVE ROSES**

Les Galettes



Faire des galettes n'est plus une corvée comme autrefois. La cuisinière d'antan préparait sa pâte, la roulait, découpait les galettes, roulait les retailles, etc., etc. De nos jours la ménagère sort rarement son rouleau à pâte.

Formée en rouleaux de grosseur convenable et enveloppée, la pâte est mise à la glacière pour refroidir et prendre consistance. Quelques heures plus tard, ou au fur et à mesure des besoins, on tranchera les rouleaux de pâte à galettes en tranches minces qui seront mises au four sans plus de cérémonie.

Les galettes Five Roses sont riches et délicates. Il y a mille manières de varier la pâte. On peut y ajouter du raisin, des cerises ou des écorces confites, du chocolat râpé, du coco ou des noix ou encore nuancer le goût par l'addition d'essence ou d'épices.





Pour avoir plusieurs sortes de galettes sans trop de travail, il est bon de doubler ou même tripler la recette, modèle que l'on préfère. Diviser la pâte en quatre. La première partie donnera les galettes au naturel tandis que des noix seront ajoutées au deuxième lot de pâte, du chocolat au troisième et du raisin, des écorces ou des cerises au dernier. Les galettes au chocolat prennent un air de fête quand elles sont glacées en blanc et les galettes blanches se trouvent bien du chocolat.

Il faut prendre garde que la pâte à galettes soit aussi molle que possible tout en étant maniable; plus elle est molle, plus elle sera tendre. La pâte à galettes une fois démêlée, il s'agit de la laisser reposer au froid jusqu'à ce qu'elle soit glacée. Le gras qu'elle contient durcira et collera moins, la farine aura la chance d'absorber et de retenir le liquide avec le résultat qu'il faudra très peu de farine pour rouler ou tailler les galettes. Les pâtes riches, contenant beaucoup de gras, ont surtout besoin de cette station à la glacière.

COMMENT MELANGER LES GALETTES

Sasser la farine une fois avant de la mesurer. Sasser les ingrédients secs. Défaire le beurre ou la graisse en crème, ajouter le sucre peu à peu, en brassant entre chaque addition. Ajouter les œufs et bien mélanger. Ajouter les ingrédients secs et le liquide peu à peu et en alternant. Incorporer les noix ou les fruits. Quand la recette ne demande pas de liquide, ajouter les ingrédients secs un peu à la fois en mélangeant bien chaque fois.

GALETTES ROULEES

Faire refroidir la pâte à fond. Rouler les galettes à ⅛ de pouce d'épaisseur. Découper et mettre cuire dans un four modérément chaud (375° à 400° F.) Mettre refroidir les galettes sur un gril en ayant soin de ne pas les empiler avant qu'elles soient bien refroidies.

GALETTES A LA GLACIERE

Former la pâte en rouleaux de grosseur convenable. Envelopper chaque rouleau dans du bon papier ciré. Ou encore placer la pâte dans un moule à pain. Mettre à la glacière plusieurs heures, toute la nuit si possible. Couper en tranches épaisses de ⅛ de pouce, placer sur une tôle et cuire comme les galettes roulées.

GALETTES RAPIDES

La cuisinière trop pressée pour laisser refroidir sa pâte pourrait se tirer d'affaire en formant à l'aide de deux cuillers des petites boules de pâte qu'elle mettra sur une tôle beurrée avec pas mal d'espace entre chacune. Aplatir chaque boule avec une fourchette enfarinée. Décorer avant ou après la cuisson. (Four à 375° F.)

GALETTES MODELES UN OEUF

½ tasse beurre ou graisse
½ tasse de sucre
1 jaune d'œuf battu
3 c. à soupe de lait
1½ tasse de farine Five Roses
1½ c. à thé de poudre à pâte
⅛ de c. à thé de sel
½ c. à thé de vanille

Mélanger d'après les instructions. Cette pâte sert pour les biscuits à la glacière et les galettes ordinaires. Cuire selon les instructions.

GALETTES AU CARAMEL

1 tasse de beurre ou autant de graisse
2 tasses de cassonade blanche
2 œufs
3½ tasses de farine Five Roses
½ c. à thé de sel
1 c. à thé de soda à pâte
½ c. à thé de poudre à pâte

REMARQUE: Quand les œufs sont chers, en remplacer un par 2 c. à soupe de lait.

Tamiser le soda à pâte, la poudre et le sel avec la farine. Préparer la pâte d'après les instructions. Mettre refroidir. La pâte est molle et se manie difficilement quand elle n'est pas TRES froide. Couper ou rouler la pâte très mince. Placer sur une tôle bien graissée, décorer et cuire à four plutôt chaud, 375 à 400° F.

Pour obtenir une galette moins sucrée, employer 1½ tasse de cassonnade.

A l'occasion, on peut enrichir ces biscuits secs en ajoutant ½ tasse de chacun des ingrédients suivants: cerises confites, noix, raisin; et ¼ de tasse chacun, de citron et de gingembre confits. Bien mêler à la pâte; mouler, envelopper, mettre refroidir; couper et cuire selon les instructions.

TRIANGLES POUR RECEPTION

Préparer la recette à un œuf. Faire refroidir à fond, abaisser à ⅛ de pouce. Couper en carrés de 2 pouces, placer une cuiller à café de confiture sur chaque carré, replier pour faire un triangle; presser les bords ensemble, piquer avec une fourchette. Cuire dans un four à 375° F. et saupoudrer de sucre en poudre.

COCARDES

Préparer une pâte modèle à un œuf. Diviser la pâte en deux. A une moitié, ajouter 1 carré de chocolat, non-sucré, fondu, ou ¼ de tasse de cacao. Rouler la pâte blanche en une mince feuille rectangulaire, puis rouler la pâte au chocolat de la même façon. Déposer la pâte au chocolat sur la pâte blanche et presser légèrement. Rouler en procédant comme pour un gâteau à la gelée, pour obtenir un rouleau solide d'environ 2 pouces de diamètre. Mettre à la glacière durant plusieurs heures pour raffermir la pâte. Couper en tranches minces, avec un couteau BIEN aiguisé. Cuire à four modéré (375° F.) pendant 10 minutes.

GALETTES AU CHOCOLAT

Aromatiser la pâte à un œuf ou au caramel avec 2 carrés de chocolat non-sucré, fondu et ajouter 1 c. à soupe de lait.

GALETTES AU LAIT SUR

Préparer la pâte modèle à un œuf en substituant le lait sûr au lait doux. Réduire la poudre à pâte à 1 c. à thé rase, et, ajouter 1/8 de c. à thé de soda à pâte.

"SHORTBREAD" PRIME

1 tasse de beurre doux
1/2 tasse de sucre en poudre
1 jaune d'œuf
1/4 de c. à thé de sel
farine Five Roses

Faire ramollir le beurre mais sans le laisser tourner en huile. Y ajouter le sucre, le sel et le jaune d'œuf, à l'aide d'une cuiller de bois. Ajouter la farine, très peu à la fois, jusqu'à ce que le mélange soit trop solide pour être remué à la cuiller. Déposer sur la planche enfarinée, pétrir légèrement en ajoutant de la farine continuellement, jusqu'à ce que le bloc *commence à fendre.* Diviser en deux. Etendre en tapotant dans 2 assiettes à tartes non-graissées. Pincer les bords et piquer partout avec une fourchette. Cuire à four lent (325 à 350° F.) jusqu'à ce que la pâte soit dorée. Laisser refroidir dans l'assiette.

Les biscuits faits avec cette recette ont gagné nombre de prix dans les Expositions et les Kermesses.

GALETTES A LA CREME SURE

1 tasse de graisse
2 tasses de cassonade
1 œuf bien battu
1 tasse de crème sûre
1/2 c. à thé de soda à pâte
4 1/2 tasses de farine Five Roses
1 c. à thé de poudre à pâte
1/8 c. à thé de sel

Mélanger suivant les instructions, ajoutant la crème sûre après l'œuf. Déposer par cuillerées sur une tôle, étendre à l'aide d'une fourchette passée à la farine. Cuire à four modéré (375° à 400° F.).

BISCUITS AUX AMANDES

Préparer la pâte des galettes au caramel avec 1/2 tasse de cassonade et 1 tasse de sucre granulé au lieu des 2 tasses de cassonade. Ajouter 1 tasse d'amandes pelées et hachées, et aromatiser la pâte avec 1/2 c. à thé d'essence de ratafia. Faire 2 rouleaux avec la pâte — grandeur biscuit. Envelopper d'un papier ciré et mettre dans la glacière toute la nuit. Le matin, trancher en rondelles minces, décorer de fruit confit, d'une demi-cerise ou d'une amande. Cuire et laisser dorer dans un four plutôt chaud (400° F.). Placés dans des boîtes de fer-blanc qui ferment juste, ces biscuits se conservent très longtemps.

BISCUITS A LA CUILLER

Les biscuits à la cuiller se préparent en quelques minutes. Délicieux et sains, ils sont juste ce qu'il faut pour ajouter à la boîte de lunch des petits qui dînent à l'école, ou garder sous la main pour l'imprévu.

Pour les biscuits à la cuiller il faut une pâte molle et des petites portions. N'importe quelle recette de pâte à galette pourrait servir du moment qu'on y ajoute ¼ de tasse de lait, mais si la recette est trop riche, les galettes s'étendront.

RECETTE MODELE DE BISCUITS A LA CUILLER

⅔ tasse de graisse
1 tasse de cassonade
2 œufs bien battus
2 c. à soupe de lait
2 tasses de farine Five Roses
1 c. à thé de poudre à pâte
¼ c. à thé de soda à pâte
¼ c. à thé de sel
1 à 2 tasses de raisin, fruits confits, dattes ou noix au choix

Pour les biscuits à 1 œuf, employer ½ tasse de lait et seulement ½ tasse de graisse.

Sasser les ingrédients secs. Défaire la graisse en crème, ajouter le sucre graduellement en brassant entre chaque addition. Ajouter les œufs et bien mélanger. Ajouter les ingrédients secs en alternant avec le liquide, puis les fruits, noix, etc. Laisser tomber la pâte par petites cuillerées sur une tôle bien graissée en ayant soin de laisser un peu d'espace entre chaque biscuit pour qu'ils puissent étendre sans se toucher. Cuire dans un four de 375 ou 400° F.

ERMITES

Ajouter à la recette modèle 1 tasse de raisin, ½ tasse de coco râpé, 1 c. à thé de cannelle, ½ c. à thé de clou, ½ c. à thé de muscade et 1 tasse de noix cassées par morceaux.

BISCUITS AUX DATTES ET AUX AMANDES

Ajouter à la recette modèle ½ tasse d'amandes hachées, et 1½ tasse de dattes coupées en fines lanières. Aromatiser à volonté avec ½ c. à thé d'extrait d'amande et autant de vanille.

BISCUITS AUX ARACHIDES

A la recette modèle ajouter ¾ de tasse d'arachides hachées.

BISCUITS AUX CERISES

A la recette modèle ajouter 1 tasse de cerises confites coupées en quartiers et ¾ de tasse d'amandes blanchies et tranchées.

BISCUITS DE NOEL

A la recette modèle ajouter ½ tasse d'écorces confites tranchées en fines lanières, 1 tasse de petit raisin (blanc), ½ tasse de cerises confites coupées en quartiers et ½ tasse d'amandes blanchies et tranchées.

BISCUITS A LA MARMELADE

A la recette modèle ajouter ½ tasse de marmelade épaisse. Rogner un peu la quantité de lait employé afin de garder la pâte ferme.

BISCUITS A LA FARINE D'AVOINE

Préparer une recette modèle avec seulement 1½ tasse de farine Five Roses. Ajouter 1 tasse de farine d'avoine, 1 tasse de dattes coupées en morceaux, ½ tasse de noix de grenoble et ¼ de c. à thé de soda pour en avoir ½ c. à thé en tout. 1 c. à thé de cannelle ou deux donnent aussi un bon goût et de la couleur à la pâte.

BISCUITS AU COCO

A la recette modèle ajouter 1 tasse de coco râpé.

BISCUITS AUX FRUITS

A la recette modèle ajouter 1½ tasse de raisin, écorce confite et noix hachées et 2 c. à soupe de lait. Si désiré, aromatiser avec du ratafia ou ½ c. à thé de cannelle. Laisser tomber par cuillerées dans des petits moules de papier et cuire dans un four à 375 ou 400° F.

BISCUITS A LA CUILLER AU CHOCOLAT

½ tasse de matière grasse
1¼ tasse de cassonade
2 œufs bien battus
2 carrés de chocolat non-sucré fondu
2 c. à soupe de lait
1 c. à thé de poudre à pâte
2 tasses de farine Five Roses
¼ c. à thé de soda à pâte
⅓ c. à thé de sel
½ c. à thé de vanille
1 tasse de noix hachées

Mélanger comme les biscuits modèles. Cuire à four modéré, 375° F.

ROCHERS AU MIEL

3½ tasses de farine Five Roses
1 c. à thé de poudre à pâte
1½ c. à thé de soda à pâte
1 c. à thé de sel
1 c. à thé de cannelle
1 tasse de beurre ou de graisse
1 tasse de miel
1 tasse de cassonade
2 œufs bien battus
1 tasse d'amandes hachées

Sasser les ingrédients secs. Défaire le beurre (ou la graisse) en crème, ajouter le miel et le sucre, bien brasser. Ajouter les œufs, mélanger à fond. Ajouter les ingré-

dients secs un peu à la fois et les noix pour finir. Laisser tomber par petites cuillerées sur une tôle bien graissée et cuire dans un four à 375° F. Comme ces petits biscuits brûlent facilement, il faudra les surveiller. La recette donne une bonne quantité de biscuits qui se garderont bien dans une boîte de fer-blanc bien fermée.

ROCHERS AU MIEL (sans cuisson)

Passer au moulin à viande 1 livre de dattes et 1 livre de noix (pécanes ou noix de grenoble). Mélanger ensemble les dattes et la moitié des noix, mouiller avec 3 c. à soupe de miel et 1 c. à soupe de jus de citron. Avec une cuiller détacher un peu du mélange, former en boule, rouler dans le reste des noix hachées.

PETITS BISCUITS DE FANTAISIE

DOIGTS AUX NOIX

1¼ tasse de farine Five Roses
¼ tasse de cassonade
½ tasse de beurre (ou graisse)

Meringue: 2 blancs d'œufs
1¼ tasse de cassonade
½ c. à thé de poudre à pâte
2 c. à soupe (rases) de farine Five Roses
1 tasse de noix de grenoble
½ tasse de coco râpé

Mélanger les ingrédients de la pâte et presser les miettes ainsi obtenues dans une lèchefrite de 8 pouces par 12 ou dans deux assiettes à gâteaux de 7 par 7. Cuire à four modéré (375° F.) jusqu'à ce que le mélange soit doré.

Préparer la meringue comme ceci: Battre les blancs d'œufs en neige ferme, ajouter la cassonade, la poudre à pâte, la farine, le coco et les noix. Etendre ce mélange sur la pâte déjà cuite. Remettre à four doux (300 à 325° F.) et cuire jusqu'à ce que la meringue soit bien dorée. Tandis que c'est chaud, couper en doigts et laisser refroidir dans les moules. Placer dans une boîte de fer-blanc bien fermée et les doigts se garderont plusieurs semaines.

On peut varier la meringue. Par exemple remplacer le coco par 1 tasse de dattes hachées; omettre coco et noix de grenoble et employer à la place 1 tasse d'arachides rôties et hachées. Dans ce cas, ¾ de tasse de cassonade suffit.

BISCUITS AUX DATTES

Préparer une recette de galettes au caramel. Rouler la pâte et tailler des petites galettes, les cuire dans un four à 375° F. Les réunir deux par deux en les farcissant avec une confiture aux dattes. (Voir chapitre des gâteaux).

BOUCHEES A LA CHINOISE

⅔ tasse de farine Five Roses
1 c. à thé de poudre à pâte
¼ c. à thé de sel
¾ tasse de sucre à fruits
1 tasse de dattes hachées
1 tasse de noix de grenoble hachées
2 œufs bien battus

Mélanger et sasser ensemble farine, poudre à pâte et sel. Ajouter le sucre, les noix et les fruits, puis les œufs. Etendre — ½ pouce d'épaisseur — sur une tôle bien beurrée. Cuire environ 25 minutes dans un four doux, 325° F. Couper en petits carrés tandis que c'est encore chaud, rouler en boules et passer les boules au sucre en poudre.

CARRES AUX DATTES

1½ tasse de farine Five Roses
1 c. à thé de poudre à pâte
½ c. à thé de soda à pâte
¼ c. à thé de sel
1 tasse de beurre ou graisse
1 tasse de cassonade
1½ tasse de grosse farine d'avoine
garniture aux dattes

Tamiser la farine, la poudre à pâte, le soda et le sel; amalgamer le beurre avec le bout des doigts. Ajouter le sucre et la farine d'avoine. Bien mélanger. Etendre la moitié des miettes au fond d'une lèchefrite basse graissée. (8 x 14 pouces). Tapoter pour aplanir. Couvrir de la garniture aux dattes refroidies, puis du reste des miettes. Tapoter pour aplanir. Cuire à 325° F. durant 30 à 35 minutes. Augmenter légèrement la chaleur et cuire quelques minutes de plus pour dorer la pâte. Couper par carrés en sortant du four et laisser refroidir dans la lèchefrite.

CAPUCINS AU CHOCOLAT

½ tasse de beurre ou de graisse
1 tasse de sucre granulé
2 onces de chocolat non sucré fondu
2 œufs
½ tasse de farine Five Roses
½ tasse de noix de grenoble hachées

Ajouter le gras au chocolat fondu. Bien mélanger, puis ajouter le sucre et quand c'est bien mêlé, ajouter les œufs bien battus. Ajouter la farine. Battre pour avoir une pâte lisse, puis ajouter les noix. Etendre en une couche plutôt mince dans une casserole basse bien graissée. Cuire à 325° F. durant 25 minutes.

En sortant du four, la pâte semblera molle et pas cuite. Tracer les carrés aussitôt. Laisser refroidir dans la casserole et la pâte durcira en refroidissant. Ces biscuits ressemblent au fudge et en ont le goût.

MERINGUES ET MACARONS

Il y a deux sortes de meringues: les molles dont on garnit pâtés et poudings et les fermes qui sont servies telles quelles ou fourrées.

Meringue —Garniture de pâté, pouding et autres desserts.

2 blanc d'œufs
pincée de sel

4 c. à soupe rases de sucre à fruits
essence de vanille (facultatif)

Battre les blancs d'œufs avec le moulin jusqu'à ce qu'il soit possible de tourner le bol à l'envers sans répandre les œufs. Saupoudrer le sucre et le sel sur les blancs d'œufs, ainsi que la vanille et battre pour que le mélange soit lisse et très ferme. Placer la meringue sur le pâté ou le dessert et mettre dorer à four doux (300° F.) une vingtaine de minutes.

(Certaines cuisinières préfèrent employer 3 c. à soupe de sucre par blancs d'œuf quand elles font une meringue et dans le sud *les cordons-bleus ajoutent toujours une pincée de soda.*)

MERINGUES

3 blancs d'œufs
pincée de sel
1 tasse de sucre en poudre, ou

¾ tasse de sucre blanc très fin
½ c. à thé de vanille

Battre les blancs d'œufs et quand ils sont mousseux, saupoudrer dessus le sucre et le sel, un tiers à la fois avec douze tours du moulin entre chaque addition. Continuer à battre le mélange jusqu'à ce qu'il soit ferme au point qu'une cuillerée garde sa forme sur le papier. Il faut avoir la main légère pour enrober fruits et noix qu'on ajoute à la meringue. Placer la meringue par cuillerées sur du papier à lettre non beurré mis dans une grande lèchefrite ou sur une tôle. Cuire à four lent (275° F.) jusqu'à ce que les meringues soient bien dorées. Elles doivent sécher plutôt que cuire. Si les meringues collent au papier à la sortie du four, un moment sur un linge mouillé et froid en aura vite raison.

VARIATIONS

Macarons au coco: ajouter 1½ tasse de coco râpé et un peu de vanille à la recette de meringue.

Macarons aux dattes et aux noix: ajouter 1½ tasse de dattes hachées et ¾ de tasse de noix de grenoble ou d'amandes piquées hachées. Aromatiser et colorer un rose très pâle.

Macarons aux fruits: ajouter 1 tasse de noix de grenoble hachées, ½ tasse de figues coupées en petits morceaux et ½ tasse de raisin sans noyau.

MACARONS AU CHOCOLAT

Mélanger 2 carrés de chocolat pas sucré et fondu et 1 boîte de lait condensé. Ajouter ½ livre de coco râpé et bien mélanger. Placer par petites cuillerées sur une tôle bien beurrée, en laissant 1 pouce entre chaque macaron. Cuire à 360° F. jusqu'à ce qu'ils prennent couleur.

MACARONS AU COCO

Préparer avec 1 livre de coco au lieu de ½ livre et omettre le chocolat.

GUENILLEUX

2 blancs d'œufs
½ tasse de sucre blanc
1½ tasse de flocons de maïs
½ tasse de dattes hachées
½ tasse de noix de grenoble hachées
essence de vanille

Ajouter le sucre aux blancs d'œufs battus en neige très ferme, en battant après chaque addition. Ajouter la vanille, les flocons de maïs, les dattes et les noix. Mélanger à fond et laisser tomber par petites cuillerées sur une tôle bien beurrée ou huilée. Cuire à four modéré (350° F.)

MACARONS A LA PATE D'AMANDE

Pétrir ensemble sur la planche 1 livre de pâte d'amande et 1 tasse de sucre. Ajouter graduellement les blancs de 3 œufs, travailler pour avoir une pâte bien lisse. Placer par petites cuillerées ou par petites boules sur une tôle recouverte d'un papier bien beurré, laissant ½ pouce entre chaque macaron. Cuire 15 à 20 minutes dans un four lent (325° F.). Si on veut des macarons mous, les laisser cuire moins longtemps. A la sortie du four, tourner le papier et mouiller l'envers avec un linge passé à l'eau froide; les macarons se détacheront facilement.

CHOUX A LA CREME, ECLAIRS, ETC.

La même pâte sert à préparer les éclairs et les choux. Faite avec de la farine Five Roses, cette pâte se confectionne aisément et sert de mille façons auxquelles la cuisinière ne pense pas ordinairement. Les tout petits choux se servent à l'heure de thé tandis qu'à leur taille normale on peut les remplir d'une salade, d'un plat chaud comprenant une sauce crème, aussi bien que de crème patissière ou de crème fouettée. Une fois qu'une cuisinière a pris le tour de faire cette pâte elle ne veut plus s'en passer et elle a toujours sous la main ces coquilles qui lui permettent de varier le menu des réceptions ou des repas de famille.

La recette Five Roses a fait ses preuves, elle est populaire depuis longtemps déjà.

RECETTE MODELE POUR CHOU A LA CREME, ETC.

1 tasse de farine Five Roses
½ tasse de beurre
1 tasse d'eau bouillante
3 ou 4 œufs

Employer 4 œufs chaque fois qu'il est possible.

Dans une petite marmite bien lisse, ajouter le beurre à l'eau qui bout déjà. Quand le beurre est fondu et tandis que le mélange bout vigoureusement, *ajouter toute la farine du même coup.* Brasser rapidement jusqu'à ce que la pâte se détache des côtés de la marmite et forme une boule. Eviter de pousser trop loin la cuisson ce qui rendrait la pâte lourde et grasse, la farine et le gras ayant tendance à se séparer.

Retirer du feu, laisser refroidir un peu puis ajouter les œufs *non battus, un par un.* Bien brasser la pâte avant d'ajouter l'œuf suivant. Le secret d'une pâte tendre c'est de brasser longtemps et patiemment. Il est bon de brasser jusqu'à pouvoir passer un couteau d'acier au travers de la pâte et que la lame ressorte sans que la pâte y ait adhéré. Il est très important de *ne pas battre* les œufs avant de les ajouter.

Graisser une tôle ou une lèchefrite basse. Mouler la pâte de la forme et de la grosseur désirées. Faire les choux bien ronds en s'aidant du manche d'une cuiller, avec la pâte plus épaisse au centre. Placer les portions assez loin les unes des autres pour qu'elles puissent gonfler sans collision. Une cuillerée à soupe suffit pour un chou à la crème et une cuillerée à thé pour une coquille de fantaisie. Un cône de papier fort ou le tube à pâtisserie facilite la mise en formes des éclairs. Compter ¾ de pouce de large et 3½ pouces de long pour chaque éclair.

CUISSON DES CHOUX ET ECLAIRS

Le succès dépend en grande partie de la cuisson. Choux et éclairs ont besoin de cuire environ 45 minutes dans un four 350° ou 375° F. Ne pas ouvrir le four durant les premières 20 minutes de cuisson. Les choux retombent si on les sort du four trop tôt.

Un four trop chaud gâte la finesse de la pâte mais par contre choux et éclairs ne lèvent pas, ou lèvent mal, quand la température est trop basse. A la sortie du four mettre refroidir choux et éclairs sur un gril après les avoir ouverts avec un couteau bien tranchant pour permettre à la vapeur de s'échapper et empêcher la pâte d'amollir. Faire cette incision en tenant compte des rides de la pâtisserie. Quand il s'agira de fourrer les pâtisseries cette même incision servira d'ailleurs.

VARIATIONS

Quand la pâte doit servir pour des desserts on peut y ajouter un peu de zeste d'orange ou de citron et un peu de sucre. S'il s'agit de salades ou de mets à la sauce blanche, un peu de fromage râpé et un rien de paprika donneront du piquant à la pâte.

ECLAIRS FOURRES DE SALADE

Mouler la pâte comme pour des choux ou des éclairs. Quand les coquilles sont refroidies, enlever le dessus avec un couteau bien tranchant. Juste au moment de servir remplir la coquille ainsi obtenue avec une salade de saveur délicate. Par exemple, du fromage à la crème avec des noix; du fromage, des dattes et du raisin; fromage à la crème ou fromage blanc avec des olives tranchées; homard; crevettes en salade; poulet et céleri.

Pour que les coquilles soient bien croquantes, il faudra les remplir seulement au moment de servir. Replacer le dessus et garnir d'une rosette de mayonnaise. Un mélange de fruits coupés en dés et bien égouttés est parfait comme dessert mais dans ce cas garnir de crème fouettée au lieu de mayonnaise.

ECLAIRS A LA SAUCE BLANCHE

La plupart des mets apprêtés à la sauce blanche s'accommodent fort bien d'être servis dans des éclairs au lieu d'être garnis de rôties. Le poulet, le homard et les crevettes, les œufs et les champignons sont les plus populaires apprêtés de cette façon.

CHOUX A LA CREME

Quand les coquilles sont froides, faire de l'espace dans la cavité, remplir avec de la crème fouettée sucrée et aromatisée de vanille. Laisser la crème paraître un peu et saupoudrer du sucre en poudre sur le chou. Au temps des fruits, couper et sucrer fraises, pêches, etc., les ajouter à la crème avant de remplir les coquilles.

COQUILLES POUR RECEPTION

Préparer des choux minuscules. Quand ils sont froids, les remplir de confiture et glacer le dessus.

ECLAIRS AU CHOCOLAT

Fendre les coquilles, les remplir d'une crème pâtissière. Glacer le dessus avec une glace au chocolat.

ECLAIRS AU CAFE

Fendre les coquilles, les remplir d'une crème au café. Glacer le dessus avec une glace au café.

CHOUX A LA CREME GLACEE

Enlever le dessus des coquilles, remplir de crème à la glace à la vanille, replacer les dessus. Durant la saison des fruits, masquer les choux de fruits, sucrés et écrasés (fraises, framboises, ou pêches). Le reste de l'année, garnir d'une bonne sauce au caramel ou au chocolat. A l'occasion, décorer de noix de grenoble ou de pécanes, la sauce au chocolat très riche.



Oeufs, Fromage et Sauce Blanche



OMELETTES ET SOUFFLES

Les soufflés constituent des mets fort recherchés, que la plupart des cuisinières n'osent pas entreprendre. Pourtant la confection d'un soufflé n'est pas difficile. A une sauce blanche épaisse on ajoute des jaunes d'œufs battus et la viande, légume ou fromage.

Quand le mélange a refroidi on y incorpore les blancs battus en neige ferme. La sauce est alors versée dans un plat allant au four, un plat assez grand pour que le soufflé puisse monter, un plat qui n'est pas beurré. La cuisson a lieu dans un four doux et le soufflé est servi aussitôt qu'il est cuit, autrement il retomberait.

Un soufflé plus recherché encore, c'est le soufflé cuit dans une pâte feuilletée. Il faut la même quantité de pâte que pour une tarte à deux croûtes — une livre. La pâte est roulée et mise dans un grand plat ou dans six assiettes individuelles. On y verse le soufflé préparé comme d'habitude mais on cuira le tout sans mettre le plat dans l'eau.

Quand les œufs sont très chers, et que la famille est nombreuse, une cuisinière habituée à faire un soufflé peut le faire en doublant la quantité de sauce tout en mettant le même nombre d'œufs. Elle pourrait aussi, quand elle veut mettre son soufflé dans une croûte, employer au lieu de pâte feuilletée, la pâte qu'elle réussit le mieux.

SAUCE A SOUFFLE
(Sauce Blanche No. 3)

3 c. à soupe de beurre — **1 tasse de lait**
3 c. à soupe de Farine Five Roses — **½ c. à thé de sel**
jus d'oignon ou autre assaisonnement

REMARQUE: Omettre les assaisonnements quand il s'agit d'un soufflé sucré. Employer ¼ de c. à thé de sel et ¼ à ⅓ de tasse de sucre.

Fondre le beurre dans une petite marmite lisse; ajouter la farine et tourner sur un feu modéré durant 3 minutes après l'ébullition. Ajouter sel et poivre. Verser le lait graduellement en agitant. Cuire directement sur le feu tout en brassant constamment jusqu'à ce que la sauce soit lisse et épaisse. Quantité: 1 tasse de sauce.

SOUFFLE

1 tasse de Sauce à Soufflé	**3 jaunes d'œufs**
Viande, poisson ou légumes cuits et hachés	**3 blancs d'œufs**
	Assaisonnement additionnel

Ajouter la viande, le poisson ou les légumes à la sauce. Assaisonner au goût, refroidir. Battre les jaunes d'œufs jusqu'à ce qu'ils soient épais et pâles, les ajouter à la sauce. Battre les blancs en neige ferme, les incorporer. Verser dans un plat non-graissé, allant au four. Placer ce plat dans une casserole contenant 1 pouce d'eau. Cuire à four modéré (350° F.) 50 à 60 minutes. (Quand le soufflé est cuit, un couteau aiguisé passé au milieu reste propre.)

Servir immédiatement; le soufflé retombe si on le laisse attendre.

Soufflé au Fromage — Ajouter ½ tasse de miettes de pain frais, ¼ de c. à thé de paprika et ½ tasse de fromage canadien râpé.

Soufflé au Céleri — Ajouter 1 tasse de céleri cuit haché. Assaisonner de cayenne et 2 c. à soupe de fromage râpé.

Soufflé aux Epinards — Ajouter une tasse d'épinards cuits hachés, 1 c. à thé de jus de citron et 1 c. à thé de jus d'oignon. Servir avec des tranches de bacon.

Soufflé au Poulet — Ajouter 1½ tasse de poulet cuit émincé, un peu de paprika et 1 c. à thé de jus d'oignon.

Souffle au Blé d'inde et au Fromage — Faire revenir dans le beurre, avant de faire la sauce, 1 tranche d'oignon finement haché et 1 c. à thé de piment vert haché. Ajouter la farine et préparer la sauce comme d'habitude. Ajouter ½ tasse de fromage râpé et 1 tasse de blé d'Inde en conserves.

SOUFFLES DE DESSERT

Les Soufflés Sucrés Five Roses reposent agréablement des desserts chauds habituels. En préparant la sauce à soufflé, omettre les assaisonnements. Employer ¼ de c. à thé de sel et ¼ à ⅓ de tasse de sucre à fruits. Ajouter des fruits, etc., à la sauce, et préparer le soufflé d'après les instructions.

Soufflé au Chocolat — Ajouter 2 carrés de chocolat non-sucré fondu ou ⅓ de tasse de sirop au cacao, de la vanille. Servir avec de la crème.

Soufflé au Café — Préparer la sauce du soufflé avec ¾ de tasse de café fort et ¼ de tasse de crème au lieu du lait. Servir avec de la crème.

Soufflé aux Fruits — Ajouter 1 tasse de fruits coupés, égouttés, — cuits ou en conserves — et 2 c. à thé de jus de citron. Servir avec une cossetarde ou de la crème.

Soufflé au Citron — Employer seulement ¾ de tasse de lait pour la sauce du soufflé. Employer ¾ de tasse de sucre et ajouter 3 c. à soupe de jus de citron et le zeste de ½ citron. Servir avec de la crème.

Soufflé à l'Orange — Employer ¾ de tasse de lait pour apprêter la sauce du soufflé. Employer ½ tasse de sucre et ajouter ¼ de tasse de jus d'orange, 2 c. à thé de jus de citron et le zeste de ½ orange. Servir avec de la crème.

Soufflé au Gruau avec Ananas — Ajouter à la sauce du soufflé, ⅓ de tasse de sucre, ½ tasse de Gruau chaud, ¾ de tasse d'ananas en conserves haché coulé, 1 c. à thé de jus de citron et le zeste de ½ citron. Servir avec de la crème.

OMELETTES SOUFFLEES

1 tasse de sauce à soufflé
quelques grains de poivre
autres assaisonnements au goût
4 à 6 œufs, battus séparément
2 c. à soupe de beurre

Faire la sauce du soufflé d'après les instructions. Quand elle est tiède, ajouter les jaunes d'œufs bien battus et tournés au jaune citron. La viande, fromage, légumes ou autres ingrédients sont ajoutés à ce moment.

Chauffer la poêle ou une marmite épaisse, y fondre 2 c. à soupe de beurre. Monter les blancs d'œufs en neige ferme et les incorporer dans l'omelette. Verser le mélange dans la poêle chaude. Ne jamais incorporer les blancs d'œufs avant que la poêle soit chaude et prête.

Cuire à feu vif pendant 1 minute; baisser le feu et continuer la cuisson jusqu'à ce que le dessus de l'omelette commence à brunir. Remuer la poêle pour que le centre de l'omelette ne cuise pas trop vite. Pendant la cuisson, relever doucement les bords de l'omelette pour faire glisser le liquide autour de la poêle. Quand le fond de l'omelette est brun, la mettre au four (375 à 400° F.) et cuire quelques minutes de plus, juste assez pour que le dessus de l'omelette ne colle plus quand on le touche du bout du doigt.

Placer sur un plat chaud tout prêt, garnir et servir immédiatement, avec ou sans sauce.

Quand il y a une sauce, il faut toujours la préparer avant de commencer l'omelette et la garder chaude dans un bain-marie.

Varier l'omelette au goût, soit en ajoutant du fromage, de la viande, du poisson défait en flocons, ou des légumes aux œufs; soit en les ajoutant à la Sauce Blanche No. 2, que l'on sert avec l'omelette cuite. On peut verser cette sauce sur l'omelette avant de la plier ou encore la verser autour de l'omelette sur le plat.

Omelette au Fromage — Ajouter du fromage râpé au liquide de l'omelette avant de la frire, ou le répandre sur l'omelette avant de la plier. Servir avec une Crème ou une Sauce Tomate.

Omelette aux Asperges — Servir avec une Sauce aux Asperges.

Omelette aux Champignons — Servir avec une Sauce aux Champignons, ou mêler des champignons frits aux œufs avant de cuire l'omelette.

Omelette Espagnole — Servir avec une Sauce Espagnole.

Omelette aux Oignons — Répandre des oignons frits sur l'omelette avant de la plier.

Omelette à la Poudre de Cari — Ajouter ¾ de c. à thé de poudre de cari au mélange avant la cuisson.

Omelette aux Légumes — Servir avec la desserte de Crème de Légumes.

Omelette au Jambon ou au Bacon — Ajouter jambon ou bacon frit, haché, aux œufs avant la cuisson, ou répandre la viande sur l'omelette avant de la plier. Servir avec une Sauce Tomate.

OMELETTES SUCREES

Les omelettes sucrées se font comme les omelettes fourrées. Employer seulement ¼ de c. à thé de sel dans la sauce du soufflé et ajouter du sucre au goût. Avant de plier l'omelette sucrée, la couvrir de confitures, de gelée ou de marmelade, ou encore de fruits coupés et sucrés, tels qu'ananas, pêches, abricots ou oranges. On fait aussi une délicieuse omelette au citron en l'aromatisant de zeste de citron râpé et de jus de citron, et en étendant une garniture au citron sur l'omelette avant de la plier. Si l'on préfère, on peut aussi servir avec les omelettes sucrées, une sauce faite du jus des fruits

TOMATES FARCIES D'OEUFS

Verser de l'eau bouillante sur des tomates fermes de grosseur uniforme, peler et creuser l'intérieur pour faire une coquille. Egoutter les coquilles, y mettre du sel, du poivre et un peu de jambon ou de bacon cuit haché. Casser un œuf cru dans chaque coquille. Placer les tomates dans un plat et cuire lentement au four jusqu'à ce que les œufs soient pris. Servir avec des tranches de bacon. On peut substituer du fromage au bacon et au jambon.

OEUFS ET BACON DU DEJEUNER

Disposer des tranches minces de bacon cuit d'un côté seulement dans des moules à biscuits. Glisser un œuf au centre, saupoudrer de sel et de poivre; placer dans un four modéré et cuire jusqu'à ce que les œufs soient fermes.

OEUFS BROUILLES AU JAMBON

Couper 3 tranches de jambon en fines lanières. Frire avec ½ oignon finement tranché, et laisser brunir. Egoutter la graisse. Disposer les œufs brouillés autour d'un plat, empiler le jambon et les oignons au centre, couvrir de persil finement haché et servir très chaud. On peut cuire des champignons avec les oignons.

OEUFS EN NIDS

3 tasses de pommes de terre pilées
1 c. à soupe de beurre
1 c. à soupe d'oignon haché
6 œufs
Persil haché

Mélanger les pommes de terre avec le persil et l'oignon; ajouter le beurre et battre en crème. Etendre les pommes de terre dans un plat beurré. Faire six creux à la cuiller et laisser tomber un œuf dans chacun. Saupoudrer de sel et de fromage râpé, pointiller de beurre et cuire à four modéré (375° F.) pendant 20 minutes.

OEUFS SAVOUREUX

Apprêter la Sauce Modèle. Cuire 4 à 6 œufs durs (1 par personne à servir). Couper les œufs en deux sur la longueur, enlever les jaunes et les écraser à la fourchette. Mélanger les jaunes avec ¼ de tasse de jambon mince et finement haché, un soupçon de sauce Worcestershire, du sel, du poivre et un peu de crème pour assouplir le mélange. Farcir les blancs de ce mélange. Remettre les deux moitiés ensemble et disposer dans une casserole basse beurrée. Couvrir de sauce et de chapelure imbibée de beurre. Cuire à four modéré (400° F.) jusqu'à ce que la chaleur ait pénétré entièrement le mélange et doré la chapelure. Servir sur des rôties beurrées et croustillantes.

OEUFS CUITS DURS

Les œufs cuits au-dessous du point d'ébullition seront plus tendres que les œufs cuits en bouillant. Mettre les œufs à l'eau froide et chauffer lentement au point d'ébullition. Abaisser alors le feu pour que l'eau ne continue pas à bouillir. Attendre 20 ou 30 minutes avant de retirer les œufs.

FROMAGE ET SAUCE BLANCHE

Les plats à la sauce blanche sont à la fois savoureux et bon marché. Un reste de viande, de légume ou de poisson réchauffé dans une sauce blanche prend figure de mets nouveau et assez substantiel. On aura soin d'avoir une sauce bien lisse et bien assaisonnée. Un mets à la sauce blanche se sert ordinairement sur des rôties, dans des croustades ou des petits pains chauds.

SAUCE BLANCHE

4 c. à soupe de beurre
4 c. à soupe de Farine Five Roses
¾ c. à thé de sel
Quelques grains de poivre
1 à 2 c. à thé de jus d'oignon (au choix)
2 tasses de lait

Fondre le beurre dans une petite marmite lisse; ajouter la farine et brasser sur un feu modéré durant 3 minutes après le commencement de l'ébullition. Ajouter le

sel et le poivre, puis le lait bien graduellement. Agiter constamment sur le feu, jusqu'à ce que la préparation soit lisse et épaisse. Ne pas laisser brunir le mélange de beurre et de farine.

Pour une sauce à la crème: Employer de la crème claire à la place du lait.

Pour une sauce au fromage: Ajouter ¼ à ½ tasse de fromage canadien râpé.

Pour une sauce au persil: Ajouter 1 c. à soupe de persil finement haché.

Donne 2 tasses de sauce.

SANDWICH AU POULET EN SAUCE BLANCHE

A la sauce modèle ajouter du poulet haché ou une autre viande blanche. Beurrer un plat allant au four, y disposer des rôties beurrées. Verser dessus la viande et la sauce. Placer dans un four chaud pendant quelques minutes. Servir très chaud.

OEUFS AUX POIS VERTS

A la sauce modèle, ajouter un peu de persil haché, du sel, poivre, etc. Ajouter 1 tasse de pois verts, cuits ou en boîte, et 3 œufs durs hachés. Bien réchauffer. Servir sur des rôties, des croustades, ou entre deux croûtes faites avec une pâte à petits pains chauds.

SAUMON A LA SAUCE BLANCHE

Ajouter du saumon cuit et défait en flocons — ou un autre poisson — à une sauce blanche, sauce crème ou sauce au persil. Servir sur des rôties ou entre des croûtes.

POMMES DE TERRE EN FRICASSEE

Employer des pommes de terre déjà bouillies ou cuites au four. Enlever la pelure, couper les pommes de terre en dés. Ensuite:

Les ajouter à une sauce au persil, bien assaisonner et servir avec de la viande froide.

Les ajouter à une sauce au fromage, mettre dans un plat allant au four, garnir de chapelure beurrée et mettre dorer au four.

Préparer une sauce blanche. Placer dans un plat allant au four un rang de pommes de terre cuites, tranchées mince, un rang d'œufs durs hachés et un rang de sauce. Remplir le plat de cette façon et garnir de chapelure beurrée. Mettre dorer dans un four doux.

LEGUMES A LA SAUCE BLANCHE

Les restes de légumes cuits — pois, carottes, asperges, etc., sont toujours présentables réchauffés dans une sauce blanche et servis sur des rôties ou entre des croûtes à petits pains chauds.

MACARONI AU FROMAGE

Cuire 1 bonne tasse de macaroni cassé en petits bouts à l'eau salée, bouillante, une trentaine de minutes ou jusqu'à ce qu'il soit tendre. Passer à l'eau froide et égoutter.

Préparer une sauce blanche bien assaisonnée, râper 1 tasse de fromage canadien, avoir prête ½ tasse de chapelure beurrée. Dans un plat allant au four placer un rang de macaroni; couvrir d'un rang de fromage et d'un rang de sauce alternant ainsi jusqu'à ce que le plat soit rempli. Etendre la chapelure sur le plat, garnir d'un peu de fromage et mettre au four le temps que ce soit bien chaud et le dessus bien doré.

SPAGHETTI AUX TOMATES

Casser ½ livre de spaghetti en morceaux d'un pouce et mettre à l'eau bouillante. Egoutter quand c'est tendre, et mettre mijoter au bain-marie avec une boîte de soupe au tomate durant vingt minutes. Au moment de servir ajouter du fromage râpé, le laisser fondre et servir sur des rôties croustillantes.

On peut remplacer la boîte de soupe par une recette de sauce au tomate ou de sauce espagnole.

FONDU AU FROMAGE

1 tasse de lait bouillant
1 tasse de mie de pain fraîche
⅓ tasse de fromage doux râpé
1 c. à soupe de beurre
½ c. à thé de sel
3 jaunes d'œufs
3 blancs d'œufs

Mélanger les cinq premiers ingrédients; ajouter les jaunes d'œufs bien battus Incorporer les blancs en neige ferme. Mettre dans un plat beurré et cuire 20 minutes dans un four modérément chaud. Servir immédiatement.

On réussit des plats délicieux en servant des légumes, viande ou poisson en sauce blanche entre deux croûtes ressemblant à la pâte qui sert pour les petits pains chauds.

CROUTE

2 tasses de farine Five Roses
4 c. à thé de poudre à pâte
½ c. à thé de sel
⅓ tasse de beurre ou graisse
⅞ tasses de lait

Mélanger et tamiser les ingrédients secs. Incorporer le gras avec ses doigts ou deux couteaux. Ajouter le liquide graduellement. Travailler avec un couteau pour avoir une pâte molle. Déposer sur une planche enfarinée. Rouler ou tapoter pour obtenir une pâte d'un demi-pouce. Couper en carrés de 1 pouce ou tailler avec un découpoir. Cuire à four chaud (450° F.). C'est suffisant pour six portions.

COMMENT S'EN SERVIR

Quand les croûtes sont cuites, les séparer en deux, les beurrer. Verser la viande, poisson ou légume en sauce blanche sur la partie de dessous, recouvrir de l'autre moitié. Garnir avec un peu de la sauce et du persil. Servir très chaud.

ROULEAUX AU POULET

1½ tasse de poulet cuit, haché
⅓ tasse d'olives émincées
⅛ c. à thé de paprika
1 c. à thé de jus d'oignon
Croûtes
Sauce Blanche No. 2

Préparer la pâte, la rouler à ⅓ de pouce d'épaisseur. Mélanger le poulet, les olives, le paprika, le jus d'oignon avec assez de crème ou de sauce pour humecter légèrement. Etendre sur la pâte. Rouler comme un gâteau à la gelée. Couper en tranches d'un pouce. Placer les tranches à plat dans des petits moules bien graissés. Cuire à four chaud (450°) 20 minutes, environ. Servir chaud avec la sauce du poulet réchauffée ou une sauce crème bien assaisonnées.

ROULEAUX A LA VIANDE

A la place du poulet, employer des restes de viande coupés en dés. Assaisonner la viande avec du sel, du poivre, du jus d'oignon et humecter d'un reste de sauce. Servir les rouleaux avec la sauce réchauffée, une sauce aux tomates ou une sauce espagnole.

ROULEAUX AU POISSON

Employer des restes de poisson ou du saumon en conserve à la place du poulet; défaire en petits morceaux. Humecter de sauce blanche et assaisonner avec un peu de persil haché, quelques gouttes de jus d'oignon, du poivre et du sel. Cuire d'après les instructions. Servir avec une sauce crème ou une béchamelle.

Les chaussons, ou *les boulettes* comme on les appelle communément, seront toujours réussis si la cuisinière respecte les instructions qui suivent.

PATE A BOULETTES

2 tasses de farine Five Roses
4 c. à thé de poudre à pâte
½ c. à thé de sel
2 c. à soupe de graisse
1 tasse de lait
assaisonnement au goût

Préparer la pâte comme pour des petits pains chauds. Quand elle doit cuire dans un bouilli ou un ragoût, s'arranger pour qu'elle repose sur les légumes ou la viande. Au besoin on enlèvera un peu de bouillon quitte à le réchauffer et à le servir en sauce. Laisser tomber la pâte par cuillerées dans le bouillon bouillant de façon à ce que les boulettes puissent lever. Fermer le chaudron hermétiquement. Laisser bouillir à gros bouillons de 12 à 14 minutes. Ne pas lever le couvercle durant la cuisson des boulettes; le liquide ne doit pas arrêter de bouillir.

Quand les boulettes sont cuites, les disposer autour du plat avec la viande et les légumes au milieu. Servir immédiatement, très chaud. Si les boulettes attendent, elles absorberont une partie du liquide et perdront leur légèreté.

Pour avoir des boulettes au fromage, ajouter ¼ de tasse de fromage canadien râpé à la pâte. Procéder comme d'habitude. Une sauce aux tomates va bien avec les boulettes au fromage.

BOULETTES AUX POMMES DE TERRE

½ tasse de farine Five Roses
1½ c. à thé de poudre à pâte
½ c. à thé de sel
un peu de poivre
lait
1 tasse de pommes de terre pilées
1 œuf, bien battu
1 c. à thé de persil émincé
1 c. à thé de jus d'oignon

Tamiser les ingrédients secs, ajouter les pommes de terre, l'œuf, les condiments et assez de lait pour obtenir une pâte maniable. Laisser tomber par cuillerée dans la friture chaude ou dans le ragoût et bouillir d'après les instructions.

SAUCES

Une sauce bien assaisonnée, bien à point, fait que le plus simple des plats devient un délice. La cuisinière française, réputée dans le monde entier, soigne particulièrement ses sauces et les canadiennes par tradition et par goût devraient en faire autant.

La plupart des sauces ont comme base une sauce blanche, ni trop claire ni trop épaisse, que nous appellerons sauce No. 2.

SAUCE BLANCHE No. 2

2 c. à soupe de beurre
2 c. à soupe de farine Five Roses
½ c. à thé de sel
1 tasse de lait (ou moitié lait et moitié eau de cuisson des légumes)
assaisonnements au goût

Cette recette donne une tasse de sauce.

Faire fondre le beurre dans une petite marmite, ajouter la farine. Remuer et cuire trois minutes à partir du moment où le mélange commence à bouillonner. Ajouter le liquide petit à petit, continuer à brasser sur le feu jusqu'à ce que la sauce soit épaisse et lisse. Ajouter les assaisonnements en tenant compte que l'eau des légumes, par example, est fort salée. Avec un jaune d'œuf, commencer par verser un peu de la sauce chaude sur le jaune battu, mélanger, verser dans la sauce et cuire 1 minute de plus.

Pour une sauce crème: employer de la crème claire au lieu du lait.

Une sauce au fromage: ajouter de 2 à 4 cuillerées à soupe de fromage râpé.

Une sauce aux œufs: ajouter 2 œufs cuits durs et écrasés.

Sauce aux asperges: ajouter 1 jaune d'œuf et ½ tasse de pointes d'asperges cuites ou en conserve.

Sauce veloutée: Chauffer le lait au bain-marie, y ajouter du céleri, une petite carotte et un morceau de feuille de laurier. Cuire 20 minutes. Couler et employer **ce lait dans la sauce blanche.**

Sauce allemande: comme ci-dessus, ajouter un jaune d'œuf.

Sauce béchamelle: faire revenir une cuillerée de céleri haché, autant de carotte et d'oignon dans le beurre qui va servir à faire la sauce. Eviter de laisser prendre couleur. Enlever les légumes, ajouter la farine et procéder comme d'habitude. On peut ajouter un jaune d'œuf à cette sauce.

Sauce type hollandaise: bien assaisonner la sauce blanche, y ajouter 1 ou 2 jaunes d'œufs. Quand la sauce a épaissi, y ajouter petit à petit ¼ de tasse de beurre et 1 c. à soupe de jus de citron.

Sauce aux champignons: faire la sauce avec un bouillon de bœuf ou faire fondre 2 cubes d'extrait de bœuf dans l'eau employée. Assaisonner et ajouter ½ tasse de champignons sautés.

SAUCE TARTARE

Fouetter ½ tasse de crème épaisse, assaisonner avec du sel et un peu de paprika. Ajouter ¼ tasse de mayonnaise et, juste au moment de servir, 2 c. à soupe de cornichons hachés. Cette sauce est délicieuse avec du poisson froid ou une salade de poisson.

SAUCE PIQUANTE POUR COTELETTE

Mélanger 1 tasse de sauce aux tomates épaisse avec ½ tasse de compote au pomme et ½ tasse de sauce Worcestershire. Battre au moulin ou secouer dans un pot bien fermé. Servir avec les viandes grillées.

BEURRE AU CITRON

Mélanger ¼ tasse de beurre et une couple de c. à soupe de jus de citron. Ajouter sel et poivre au goût, former en boules, mettre refroidir. Servir avec viandes grillées.

BEURRE AU PERSIL

Faire fondre de 2 à 4 c. à soupe de beurre, y incorporer de 1 à 3 c. à thé de persil finement haché. Verser sur des légumes frais et tendres, pommes de terre, asperges, etc., cuits à l'eau.

POUR AVOIR UNE SAUCE LISSE

Quand la viande est rôtie, enlever tout le jus de la lèchefrite. Compter 1 c. à soupe de gras, autant de farine et 1 tasse d'eau, pour chaque tasse de sauce désirée. Remettre dans la lèchefrite le gras et la farine nécessaire. Mélanger et, quand le mélange bouillonne, ajouter l'eau bouillante. Brasser continuellement jusqu'à ce que la sauce soit épaisse et lisse. Pour avoir une sauce plus brune employer 1½ c. à soupe de farine et laisser brunir le mélange de gras et de farine avant d'ajouter le liquide.

SAUCE ESPAGNOLE

4 tranches de bacon
1 oignon haché
½ piment vert, haché
⅛ de c. à thé de poivre
2 tasses de tomates
4 olives hachées

Frire le bacon dans une poèle, laisser dorer, puis retirer du feu et hacher en petits morceaux. Ajouter les oignons et le piment à la graisse qui reste dans la poèle, cuire jusqu'à ce que l'oignon soit doré. Ajouter les tomates et cuire jusqu'à épaississement. Ajouter le bacon et les olives hachés au moment de servir. Servir avec une omelette ou un reste de viande.

SAUCE AUX TOMATES

1 tranche d'oignon
3 c. à soupe de gras de bacon
2 c. à soupe de farine Five Roses
¼ c. à thé de sel
⅛ c. à thé de poivre
1½ tasse de tomates en boîtes
2 clous de girofle (facultatif)
une parcelle de feuille de laurier
feuilles ou sel de céleri

Faire dorer l'oignon dans le gras du bacon, ajouter la farine, le sel et le poivre, cuire de nouveau jusqu'à ce que le mélange soit brun. Ajouter tomates, clous, céleri et cuire durant 5 minutes. Passer au tamis et servir très chaud.

SAUCE BRUNE

2 c. à soupe de beurre ou de graisse
2½ c. à soupe de farine Five Roses
½ c. à thé de sel
2 c. à thé d'oignon haché
1 tasse de liquide

Frire l'oignon dans le gras. Quand il est doré, ajouter la farine et cuire en brassant jusqu'à ce que le mélange soit brun. Ajouter les assaisonnements et le liquide, cuire jusqu'à consistance épaisse et lisse. Pour une Sauce Brune aux Champignons, ajouter des champignons sautés.

Comme liquide employer soit du lait, du bouillon de viande ou de l'eau dans laquelle on a fait dissoudre des cubes de bouillon de bœuf.



Friture



Du moment qu'ils sont préparés convenablement, les aliments frits ne sont pas indigestes et leur belle croûte dorée les rend aussi délicieux qu'appétissants. Mais pour réussir les croquettes et les beignets, il s'agit de bien surveiller la température et la qualité de la friture.

A défaut du thermomètre spécial, la cuisinière aura recours à l'épreuve du pain. Un cube de mie de pain jeté dans la graisse chaude cuira en quarante secondes si la température est à 390° F., donc convenablement pour cuire des croquettes de viandes et de poisson, ou tout autre mélange d'aliments déjà cuits. Quand le pain est doré en soixante secondes, 370°-375° F. la graisse est assez chaude pour cuire des beignets, des beignes, des petits poissons, etc., et autres aliments crus.

La graisse ne doit pas chauffer tellement qu'elle fume. Rendue à ce point la graisse devient fort indigeste en plus de gâter l'apparence des aliments. Comme les graisses animales fument plus vite qu'une graisse végétale, il faut prendre soin que le saindoux, la graisse de panne, le lard, n'atteignent jamais plus que 390 ou 400° F.

Il faut que les croquettes puissent flotter dans le liquide mais la graisse doit rester au moins à 3 pouces du bord de la marmite. La graisse bouillonne toujours un peu quand on y dépose les croquettes, etc., et avec la marmite pleine ça peut facilement renverser et prendre en feu.

Certaines cuisinières préfèrent avoir seulement 1½ pouce de graisse à la fois.

Un panier pour la friture, une fourchette à long manche et une cuiller perforée facilitent l'opération quand il s'agit de sortir les aliments de la friture. Il faut aussi un papier qui ne soit pas glacé où laisser égoutter les choses qui viennent de frire. Dans bien des cas, les serviettes de papier qui se vendent très bon marché sont l'article tout indiqué.

COMMENT ENROBER LA FRITURE

Le fait d'enrober l'aliment à frire dans des œufs et de la panure empêche la graisse de pénétrer. La chaleur coagule l'œuf et la graisse ne peut aller plus avant. C'est pourquoi il faut prendre garde que la croquette, etc., soit parfaitement couverte d'œuf.

Battre un œuf avec une cuillerée d'eau froide.

Certaines cuisinières préfèrent employer des miettes de biscuits mais d'ordinaire les croquettes sont passées à la panure très fine. On trempe d'abord la croquette dans la panure, puis dans l'œuf battu et une autre fois dans la panure. Il est bon de préparer les croquettes d'avance pour que l'enveloppe ait un peu le temps de sécher avant de cuire.

Ne pas cuire trop de pièces à la fois.

Les pièces ne doivent pas se toucher dans la friture et d'ailleurs en mettre cuire trop à la fois refroidirait la graisse. Quand un côté est brun, retourner la pièce; quand elle est dorée tout le tour, la repêcher avec la cuiller, la laisser égoutter un moment au-dessus du chaudron puis la déposer sur le papier qui va agir à la façon d'un papier buvard.

Tandis qu'il y a de la graisse chaude, certaines ménagères en profitent pour préparer des croûtons. Elles enlèvent la croûte à du pain rassis taillé en tranches épaisses, elles coupent ce pain en gros dés et elles le laissent dorer dans la friture.

SOIN DE LA GRAISSE

Quand tout est cuit, laisser tiédir la graisse puis la passer dans deux doubles de coton à fromage pour en enlever toutes les miettes et les particules d'aliments qui donneraient mauvais goût à la longue. Il est très important de couler la graisse surtout après la cuisson d'aliments enrobés de panure, de miettes de biscuits ou de céréales. De temps à autre, la graisse demande aussi à être clarifiée. Pour le faire, trancher une pomme de terre crue dans la graisse qui chauffe lentement. Quand le bouillonnement cesse et que la patate est brune, enlever celle-ci, et refroidir la graisse. De cette façon la même graisse peut servir plusieurs fois.

FRITURE AU FOUR

Une cuisinière adroite peut cuire au four des croquettes fort convenables. Elle prépare ses croquettes comme d'habitude mais au lieu de les glisser dans la graisse bouillante, elle les place dans une lèchefrite, les asperge d'huile à salade et les met dorer au four.

POMMES FRITES AU FOUR

Peler et trancher des pommes de terre comme pour préparer des frites. (Elles sont meilleures quand elles trempent à l'eau froide durant une heure.) Essuyer ou égoutter les pommes de terre, les disposer sur une tôle, les asperger généreusement d'huile à salade. Mettre à four chaud, les tourner une couple de fois. La cuisson prend environ 45 minutes.

TEMPERATURE POUR LA FRITURE

Croquettes de viande ou de poisson, ou pommes de terre	pain 40 secondes 390°F.
Beignes, beignets de toutes sortes (contenant cru)	pain 60 secondes 360°-370°F.
Pommes de terres frites	pain 40 secondes 390°F.
Côtelettes de veau et autres	pain 60 secondes 375°-380°F.
Filets et tranches de poisson	pain 60 secondes 375°F.
Petits poissons	pain 40 secondes 390°F.

Le thermomètre permet de se rendre compte exactement de la température durant tout le temps de la cuisson. Il doit être placé au milieu du chaudron et ne pas toucher au fond.

CROQUETTES

Les croquettes sont faciles comme tout à préparer. Il s'agit seulement d'avoir une bonne sauce blanche pour lier et de cuire le tout à la température convenable dans une graisse de bonne qualité. La sauce Five Roses pour les croquettes est plutôt épaisse mais la croquette sera légère et fondante.

SAUCE

4 c. à soupe de beurre
4 c. à soupe de farine Five Roses
1 tasse de lait
½ c. à thé de sel
pincée de poivre

Faire fondre le beurre, ajouter farine, sel et poivre, cuire durant 3 minutes après que le mélange a commencé à bouillonner. Ajouter le lait, petit à petit et brasser jusqu'à ce que la sauce soit épaisse et lisse. Retirer du feu. (Donne 1 tasse).

On peut ajouter 1 ou 2 jaunes d'œufs pour avoir une croquette plus riche. Varier le goût avec du persil haché, du jus d'oignon, du céleri. Bien assaisonner les croquettes *avant* qu'elles soient enrobées; autrement le goût n'est pas aussi fin.

Ajouter 1½ tasse de viande, poisson, ou légumes à 1 tasse de sauce bien assaisonnée; mélanger. Quand c'est froid, mouler en boules, en cylindre, en galettes ou en cônes. Une cuillerée à soupe bien comble fait une croquette de bonne grosseur. Passer les croquettes à la panure, à l'œuf, puis une seconde fois à la panure. Cuire dans la graisse chaude, faire égoutter; servir très chaud avec une sauce appropriée.

CROQUETTES AU HOMARD

Préparer 1 recette de sauce; ajouter 1 jaune d'œuf, cuire 1 minute de plus. Retirer du feu, ajouter 1 c. à thé de jus de citron et 1¼ tasse de homard en boîte défait en petites bouchées. Refroidir, former en cônes, frire. Servir avec une sauce tartare. Préparer les croquettes de saumon de la même façon.

CROQUETTES DE VIANDE

Ajouter 1½ tasse de viande cuite coupée en dés à une recette de sauce. Ajouter 2 c. à soupe d'oignon haché, ½ c. à thé d'épices à volaille, du sel et poivre au goût. Refroidir, mouler, enrober; cuire à 390° F. Servir avec le reste de la sauce de viande ou une sauce tomate.

CROQUETTES DE POULET

A une recette de sauce ajouter 1½ tasse de poulet coupé en dés, ¼ c. à thé de céleri, quelques grains de poivre et du persil haché fin. Mouler, frire et servir avec une sauce bien assaisonnée.

CROQUETTES AU FROMAGE

Ajouter 1 tasse de fromage râpé à la recette de sauce. Former en petites boules puis procéder comme d'habitude.

CROQUETTES DE POMMES DE TERRE

Prendre 2 tasses de pommes de terre pilées ou en riz, assaisonner avec du sel de céleri, du poivre et du jus d'oignon si on le désire. Ajouter 2 c. à soupe de beurre, 2 jaunes d'œufs et 1 c. à thé de sauce piquante. Mouler, enrober d'œuf et de panure, frire comme d'habitude.

CROQUETTES DE SAUMON ET POMMES DE TERRE

Préparer des pommes de terre comme pour des croquettes mais sans sel de céleri ni sauce piquante. Prendre 1 tasse de saumon en boîte, le déchiqueter, l'ajouter aux pommes de terre. Procéder comme pour les autres croquettes.

CROQUETTES DE DESSERT

Préparer une recette de sauce avec juste une pincée de sel et sucrer au goût. Ajouter 1½ tasse de fruits coupés en dés et bien égouttés. Procéder comme d'habitude. Servir avec une sauce préparée avec le jus des fruits.

RIZ EN CROQUETTES

2 tasses de riz cuit	**1 c. à thé de poudre à pâte**
1 œuf	**2 c. à soupe de sucre (au moins)**
2 c. à soupe de farine Five Roses	**pincée de sel**

Mélanger les ingrédients, former en cônes. Procéder comme d'habitude. Servir avec du sirop d'érable. Ou bien ajouter le zeste râpé d'une orange au mélange de riz et servir avec une sauce à l'orange.

BEIGNETS

Les beignets Five Roses, tout comme les croquettes, sont légers et croustillants. Des beignets de viande ou de poisson permettent de servir au souper, en un plat appétissant, ce qui reste de la veille. Quant aux beignets aux fruits, c'est un dessert toujours apprécié.

PATE A BEIGNETS

1 tasse de farine Five Roses	**poivre**
1½ c. à thé de poudre à pâte	**½ tasse de lait**
½ c. à thé de sel	**1 œuf battu**

Sasser ensemble la farine, le sel et la poudre à pâte. Battre l'œuf, y ajouter le lait, mélanger; ajouter à la farine, brasser pour avoir une pâte lisse. Avoir de bons morceaux de viande, poisson ou légumes, les tremper dans la pâte, mettre dans la graisse chaude. Ou bien couper viande, poisson, légumes en dés; les ajouter à la pâte et verser cette pâte par cuillerées dans la friture.

COMMENT FRIRE LES BEIGNETS

Pour des beignets, le thermomètre doit marquer de 360 à 370° F. (A défaut de thermomètre, éprouver la chaleur avec un cube de pain.) Tremper une cuiller dans la graisse bouillante, puis avec cette cuiller ramasser une cuillerée de pâte, la glisser doucement dans la marmite. Quand les beignets ne sont pas trop volumineux, il est fort commode de les frire dans à peu près 1½ pouce de graisse ou assez pour leur permettre de flotter. Cuire trop de beignets à la fois veut dire qu'ils se toucheront et seront bien moins croustillants. Tourner les beignets à mesure qu'ils montent à la surface de la graisse, et plusieurs fois ensuite pour qu'ils cuisent également bien partout. Quand ils sont d'un beau brun, les retirer. Laisser égoutter sur un papier brun ou une serviette de papier avant de les placer sur le plat ou l'assiette.

BEIGNETS AU SAUMON

Ajouter à la pâte à beignets du persil haché et ¾ tasse de saumon déchiqueté. Frire, servir avec une sauce à poisson.

BEIGNETS AU BLE D'INDE

Préparer une recette de pâte à beignets en mettant 2 œufs et seulement 2 c. à soupe de lait. Saler un peu plus, ajouter 1 tasse de blé d'inde et en dernier les blancs d'œufs battus en neige ferme.

BEIGNETS AUX FRUITS

1 tasse de farine Five Roses
1½ c. à thé de poudre à pâte
pincée de sel
3 c. à soupe de sucre en poudre
6 c. à soupe de lait
1 œuf
2 tasses de fruits

Sasser ensemble, la farine, la poudre à pâte, le sel et le sucre. Ajouter le lait graduellement, puis l'œuf battu. Battre pour avoir une pâte lisse. Tremper dans la pâte des tranches de pommes pelées, des tranches d'ananas, des quartiers de pêches ou de poires. Frire, égoutter. Saupoudrer de sucre en poudre et servir avec de la crème fouettée ou une sauce.

BEIGNETS AUX BANANES

Peler six bananes, les couper en tranches de ½ pouce, les saupoudrer avec 2 c. à soupe de sucre en poudre et 1 c. à soupe de jus d'orange. Laisser reposer 20 minutes. Tremper les tranches dans la pâte, les laisser tomber dans la graisse une par une. Saupoudrer de sucre en poudre et servir immédiatement.

BEIGNETS AUX DES

Préparer une pâte à beignets aux fruits, y ajouter 1 ou 1½ tasse de fruits coupés en dés et bien égouttés. Verser par cuillerées dans la graisse chaude

BEIGNES

Les beignes ont toujours été populaires chez nous. Petits et grands en raffolent. Quant à la maîtresse de maison, elle sait par expérience comme c'est commode d'avoir dans la dépense une bonne provision de beignes gelés qu'elle réchauffe et saupoudre de sucre au fur et à mesure des besoins.

Mais les beignes ont besoin d'être démêlés avec précaution, cuits avec savoir-faire. Trop de farine, ou trop de gras, et la pâte deviendra toute craquelée dans la friture. Que la cuisson soit trop prolongée parce que la graisse n'est pas assez chaude et le même inconvénient survient.

La farine Five Roses donne des beignes délicats et légers dans une enveloppe croustillante. Mais pour les réussir il faut que la pâte soit très molle. On peut enfariner la planche tant que l'on voudra ou tant qu'il faudra pour manier cette pâte molle; la croûte des beignes n'en sera que meilleure à condition que cette farine reste au dehors, qu'elle ne soit pas entrée dans la pâte.

Cuire les beignes à 360° - 365° F. et seulement un peu à la fois. Nul besoin d'une grande marmite de graisse, 1½ pouce suffit, c'est-à-dire juste assez pour permettre aux beignes de flotter dans la friture.

BEIGNES A UN OEUF

3 c. à soupe de graisse
⅔ tasse de sucre
1 œuf

3 tasses de farine Five Roses
¾ c. à thé de sel
4 c. à thé de poudre à pâte
⅔ tasse de lait

Sasser les ingrédients secs. Défaire la graisse en crème, y ajouter la moitié du sucre. Battre l'œuf, y ajouter le reste du sucre, ajouter à la graisse. Ajouter les ingrédients secs et le lait en alternant les deux. La pâte doit être molle sans être trop collante. Couvrir le bol et laisser reposer 1 heure avant de rouler la pâte. Saupoudrer la planche de farine généreusement; presser ou rouler la pâte à ¼ de pouce d'épaisseur. Passer le découpoir dans la farine, tailler les beignes. (Un verre à vin fait un petit beigne, un verre à eau un beigne plus substantiel et un dé complète l'opération). Garder les retailles pour la fin et séparer ces beignes des autres. Cette pâte est moins légère que la première et ce serait dommage, par exemple, de la servir à de la grande visite.

Cuire les beignes en suivant les instructions pour la friture en général. Saupoudrer les beignes de sucre en poudre au moment de les servir. Mettre du sucre dans un sac avec quelques beignes à la fois, brasser avec précaution. C'est la méthode la plus simple et facile de sucrer les beignes.

Il ne faudrait pas mettre les beignes au froid avant qu'ils soient parfaitement refroidis. Ni les sucrer avant de les faire geler parce que le sucre fondrait dans le four au moment de dégeler les beignes, et leur apparence laisserait fort à désirer.

On peut varier la saveur des beignes en ajoutant à la pâte du chocolat pas sucré et fondu, des épices, du coco râpé, du zeste râpé d'orange ou de citron.

BEIGNES RICHES

⅓ tasse de graisse fine
⅔ tasse de sucre
3 œufs
3 tasses de farine Five Roses
¾ c. à thé de sel
2½ c. à thé de poudre à pâte
5 c. à soupe de lait

Préparer comme la recette modèle. Varier la saveur selon la saison. Ces beignes riches sont délicieux.

BEIGNES A LA GELEE

Rouler la pâte de beigne plus mince que d'habitude. La découper en rondelles. Placer un peu de gelée ou de confiture sur la moitié des rondelles. Couvrir des rondelles qui restent, pincer tout le tour et frire comme d'habitude.

1 œuf entier
1 jaune d'œuf
½ tasse de sucre
½ tasse de lait sur ou de lait de beurre
2 tasses de farine Five Roses
½ c. à thé de sel
2 c. à thé de poudre à pâte
¼ c. à thé de soda à pâte
1 c. à soupe de graisse fondue ou d'huile de salade

Dissoudre le soda à pâte dans le lait sur juste avant de l'ajouter à la pâte. Procéder comme pour la recette modèle. Aromatiser avec de l'essence ou des épices.



La petite fille qui veut faire comme maman commence son apprentissage de cordon-bleu avec un gâteau au beurre très simple, un gâteau riche et savoureux parce qu'il est fait avec la merveilleuse farine Five Roses.

Soupes



La soupe a sa place dans le menu parce qu'elle permet d'ajouter à la valeur nutritive des repas en utilisant l'eau des légumes, en tirant parti des restes de viande ou parce qu'elle est à base de lait. Bien assaisonnée, elle aiguise l'appétit et un potage substantiel complètera un repas léger.

Certains chefs prétendent que le bouillon doit être fait avec de la viande cuite; d'autres conseillent de commencer le bouillon en faisant revenir oignon et légumes dans le beurre ou du gras pour en extraire le jus. Enfin, certaines cuisinières se contentent de laisser tremper les ingrédients une heure avant de mettre la marmite sur le feu. Naturellement on commence toujours le bouillon à l'eau froide.

On compte qu'il faut une livre de viande en plus du bouquet garni et des légumes par pinte d'eau, et une heure de cuisson par pinte de liquide pour faire un bon bouillon; une cuillerée à soupe de riz, orge ou pâtes alimentaires par tasse de bouillon pour avoir une soupe assez épaisse. Le riz prend une demi-heure à cuire, les pâtes à peu près autant, et l'orge une couple d'heures.

A l'occasion on voudra un bouillon en gelée. C'est facile en ajoutant à du bouillon bien assaisonné, une cuillerée à thé de gélatine par tasse de liquide. On fait dissoudre la gélatine dans un peu d'eau froide, on l'ajoute au bouillon bouillant puis on met refroidir. La gelée sera défaite avec une fourchette avant d'être placée dans des tasses à bouillon. On garnit avec un quartier de citron. Pour avoir une gelée rosée on emploiera une tasse de jus de tomate pour chaque deux tasses de bouillon de légume ou de viande.

SOUPE AU CHOU

1 gigot de bœuf
1 petit chou
3 branches de céleri ou des feuilles
1 petit oignon
un morceau de lard salé
sel et poivre

Hacher et ébouillanter le chou. Faire revenir l'oignon et le céleri avec le lard salé. Ajouter le bœuf, le chou, sel et poivre et trois pintes d'eau. Cuire trois heures environ.

SOUPE AUX POIS

(doubler ou tripler la recette selon le nombre de convives).

1 tasse de pois
¼ livre de lard salé
1 morceau de navet
1 pinte d'eau froide

Trier et laver les pois, les mettre tremper toute la nuit. Rincer les pois et les mettre au feu avec le lard salé, le navet et l'eau. Laisser mijoter quatre heures environ. Quelques minutes avant de servir ajouter si possible du blé d'inde lessivé.

On peut assaisonner la soupe avec des fines herbes séchées, persil, cerfeuil et ciboulette mais le goût est bien meilleur si on peut les acheter salées chez une fermière. Dans ce cas on peut soit employer le jus des fines herbes ou les mettre dans un sac et les retirer au moment de servir.

Le lendemain on peut couler la soupe, et la réchauffer en y ajoutant du riz cuit.

POTAGE AU POULET

Prendre une carcasse de poulet ou de dinde, la défaire en cinq ou six morceaux, la mettre dans une grande marmite. Ajouter le reste de la sauce, de la farce, la peau, etc. Ajouter une carotte hachée, un oignon tranché et des feuilles de céleri, 2 cuillerées à soupe de riz. Couvrir d'eau froide et laisser mijoter durant trois heures. Passer au tamis. Ajouter sel et poivre s'il en faut, et un peu de lait ou de crème si le jus est trop épais. Servir très chaud avec des croutons. C'est un potage délicieux et qui coûte presque rien.

SOUPE DU LUNDI

Ajouter un jarret de bœuf ou de veau aux os qui restent du rôti de la veille. Couvrir de 6 tasses d'eau et l'eau de cuisson des légumes de la veille. Ajouter 1 carotte, 2 petits oignons, 2 ou 3 grandes branches de céleri; ce qui reste des légumes du dimanche et 2 cuillerées à soupe de pois secs ou de fèves. Laisser mijoter 3 heures. Quand c'est cuit, passer au tamis et éclaircir avec du lait si c'est nécessaire. Goûter et ajouter sel et poivre au besoin.

S'il est resté du gruau du déjeuner, l'ajouter à la soupe, qui en sera plus riche, plus savoureuse et plus nutritive.

CREMES DE VIANDE OU DE LEGUME

Les crèmes de viande et de légumes à base de sauce blanche se préparent comme ceci:

1 c. à soupe de beurre ou de graisse
1 c. à soupe de farine Five Roses
1 tasse de lait, crème, eau de légume ou bouillon de viande
assaisonnements: sel, poivre, feuille de laurier, oignon, céleri ou persil pour avoir 1 tasse de sauce

Faire fondre le beurre, y ajouter la farine et cuire durant trois minutes. Ajouter le liquide graduellement et cuire sur le feu, en brassant constamment jusqu'à ce que le mélange épaississe mais sans grumeau. Assaisonner.

A cette sauce, ajouter ½ ou 1 tasse de purée de légume: asperges, pommes de terre, tomate, pois, blé d'inde, pour avoir un potage délicieux. On obtient la purée en passant au tamis des légumes déjà cuits à l'eau ou à la vapeur.

SOUPE AUX HUITRES

Faire fondre un morceau de beurre dans une marmite. Pour chaque convive y ajouter lentement une tasse de lait et un biscuit soda pilé très fin. Quand le lait est bouillant, ajouter les huîtres égouttées au préalable. Retirer du feu aussitôt que les huîtres commencent à "friser". Quand les huîtres sont grosses on peut les couper par morceaux à l'aide d'un couteau d'argent. Servir avec des biscuits salés. On peut faire la soupe aux tomates de la même manière à condition de chauffer les tomates séparément et d'y ajouter gros comme un pois de soda à pâte. Verser les tomates dans le lait à la dernière minute.

MATELOTE

1 filet de morue
4 tasses d'eau
3 c. à soupe de beurre ou de graisse
1 tasse de céleri haché
2 tasses de pommes de terre crues, coupées en dés
4 tasses de lait environ
½ tasse d'oignons tranchés
Sel et poivre

Faire dorer l'oignon dans le beurre, ajouter les pommes de terre et le céleri. Assaisonner, ajouter l'eau et laisser cuire quelques minutes avant de mettre le poisson. Quand c'est cuit, ajouter assez de lait froid pour donner une bonne consistance. Amener au point d'ébullition et servir très chaud.

SOUPE AUX FEVES BRUNES

2 tasses de fèves brunes
2c. à soupe de graisse ou de beurre
un petit oignon (facultatif)
1 œuf
lait doux
Sel et poivre

Trier et laver les fèves, les faire tremper toute la nuit. Mettre les fèves au feu avec assez d'eau froide pour couvrir et laisser bouillir une vingtaine de minutes. Rincer les fèves, les remettre au feu avec assez d'eau bouillante pour couvrir une couple de pintes. Ajouter beurre, oignon, sel et poivre. Vers la fin de la cuisson éclaircir la soupe avec du lait. Battre le jaune d'œuf, y ajouter du lait et verser dans la soupe. Battre le blanc en neige, l'incorporer à la soupe juste avant de servir. La soupe aux fèves brunes prend bien quatre heures à cuire.



Viandes, Poissons et Sauces



Selon que la viande est plus ou moins tendre on va la griller, la rôtir, ou la servir en ragoût, bouilli, etc. Pour avoir une idée assez juste du temps que la cuisson exigera, il n'y a qu'à consulter le tableau spécial. On y trouvera non seulement une mesure de temps mais surtout des indications précieuses quant à la température convenant aux différentes viandes et à leurs parties.

GRILLADES

On grille la viande sous la flamme ou dans la poêle. Dans le premier cas, les côtelettes ou le bifteck seront placés à 3 ou 4 pouces de la flamme. Quand un côté est grillé, la viande est tournée le temps de finir la cuisson. On aura soin de pratiquer des entailles dans le gras du bifteck, autrement la pièce entière va se racornir et brûler à des places tandis que le reste sent à peine la chaleur.

Quand il s'agit d'employer une poêle, il faut que celle-ci soit très chaude. Commencer par brunir la viande des deux côtés; réduire la température et tourner la viande fréquemment le temps de finir la cuisson.

Après le poulet rôti du dimanche, il y aura une mousse de poulet en portions individuelles; ou bien une galantine, ou encore des croquettes dorées et appétissantes.



Cuisson au Four



	Poids	Temp.	Temps par livre
Rosbif	3 à 5½ livres	350 F.	Saignant...20 min. Médium...20 " Bien cuit...30 "
	5½ à 8 livres	320 F.	Saignant...20 min. Médium...25 " Bien cuit...30 "

Si le rosbif est roulé, cuire pendant 10 minutes de plus.

Veau		300 F.	25 à 30 min. par livre
Agneau		300 F.	30 à 35 " " "
Porc (toujours cuire à fond)		350 F.	30 à 40 " " "

On évite maintenant de saisir la viande comme autrefois parce que la pratique faisait sécher la viande plus que de raison et lui enlevait du goût.

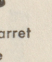
Jambon (façon nouvelle)		300 F.	22 à 25 min. par livre

On doit se rappeler que la viande continue à cuire une fois qu'elle est sortie du four. Donc, si le rôti doit attendre un peu dans le réchaud, il faut en tenir compte. Par ailleurs on aura soin de sortir la viande de la glacière environ une heure avant de la mettre au four.

Volaille	4 à 5 livres	300 F.	30 à 35 min. par livre
	poulet	300 F.	35 à 45 " " "
Canard		325 F.	20 à 30 " " "
Canneton		325 F.	15 à 20 " " "
Oie		325 F.	20 à 25 " " "
Dinde	8 à 10 livres	320 F.	20 à 25 " " "
	10 à 16 livres	320 F.	18 à 20 " " "
	18 à 22 livres	320 F.	15 à 18 " " "
Plats à la sauce blanche, au lait, etc.		325 F.	jusqu'à ce qu'ils soient bien chauds ou pris selon le cas.
Pommes de terre au four		450 F.	50 à 60 minutes

BOEUF AU DÉTAIL

coupes au détail

1 Viande de jarret désossée ou talon de la ronde



2 Bifteck de ronde



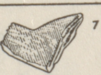
3 Rôti de croupe



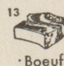
3 Rôti de croupe carré



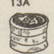
6 Bifteck de flanc



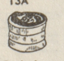
7 Flanc



13 Boeuf de poitrine



13A Poitrine roulée

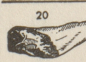


12 Bas de côtes

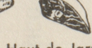


14 Pointe de poitrine

14A Pointe de poitrine désossée



20 Jarret



20A Haut de Jarret os à soupe

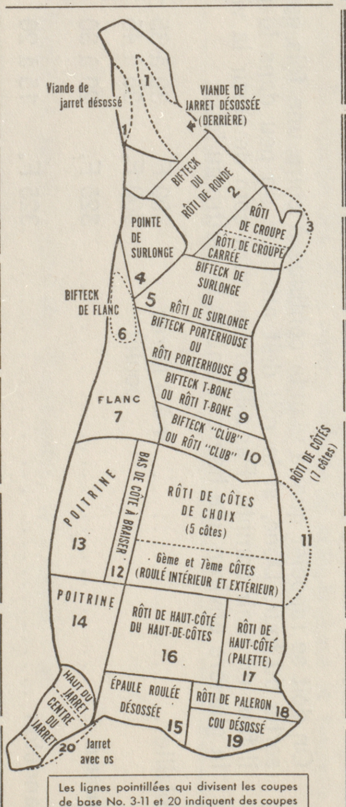


20B Centre du jarret



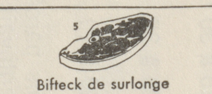
15 Rôti d'épaule (petits os)

Coupes de base autorisées au détail



Les lignes pointillées qui divisent les coupes de base No. 3-11 et 20 indiquent des coupes secondaires tirées des coupes de base.

coupes au détail



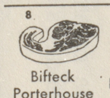
5 Bifteck de surlonge



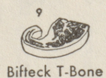
4 Pointe de surlonge



4A - préparée pour le bifteck en cube



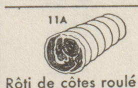
8 Bifteck Porterhouse



9 Bifteck T-Bone



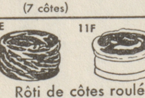
10 Bifteck "Club"



11A Rôti de côtes roulé (7 côtes)



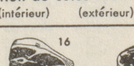
11D Rôti de côtes (6e et 7e côtes)



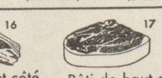

11E, 11F Rôti de côtes roulé (intérieur) (extérieur)



11B de choix (5 côtes)



16 Rôti de haut-côté (haut de côte)



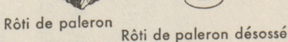
17 Rôti de haut-côté (palette)



18 Rôti de paleron



18A Rôti de paleron désossé

19 Cou désossé





Cou roulé

STRUCTURE ET NOMS DES OS

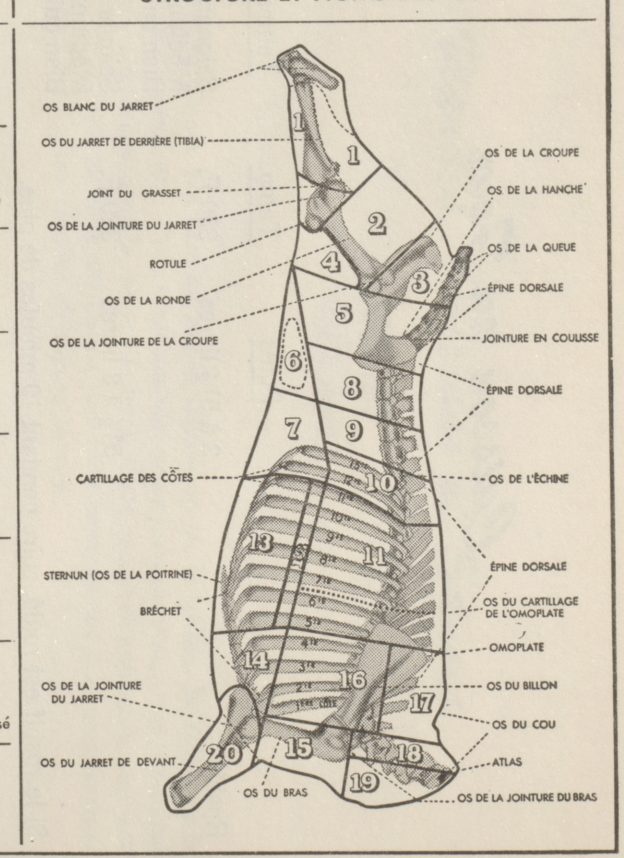
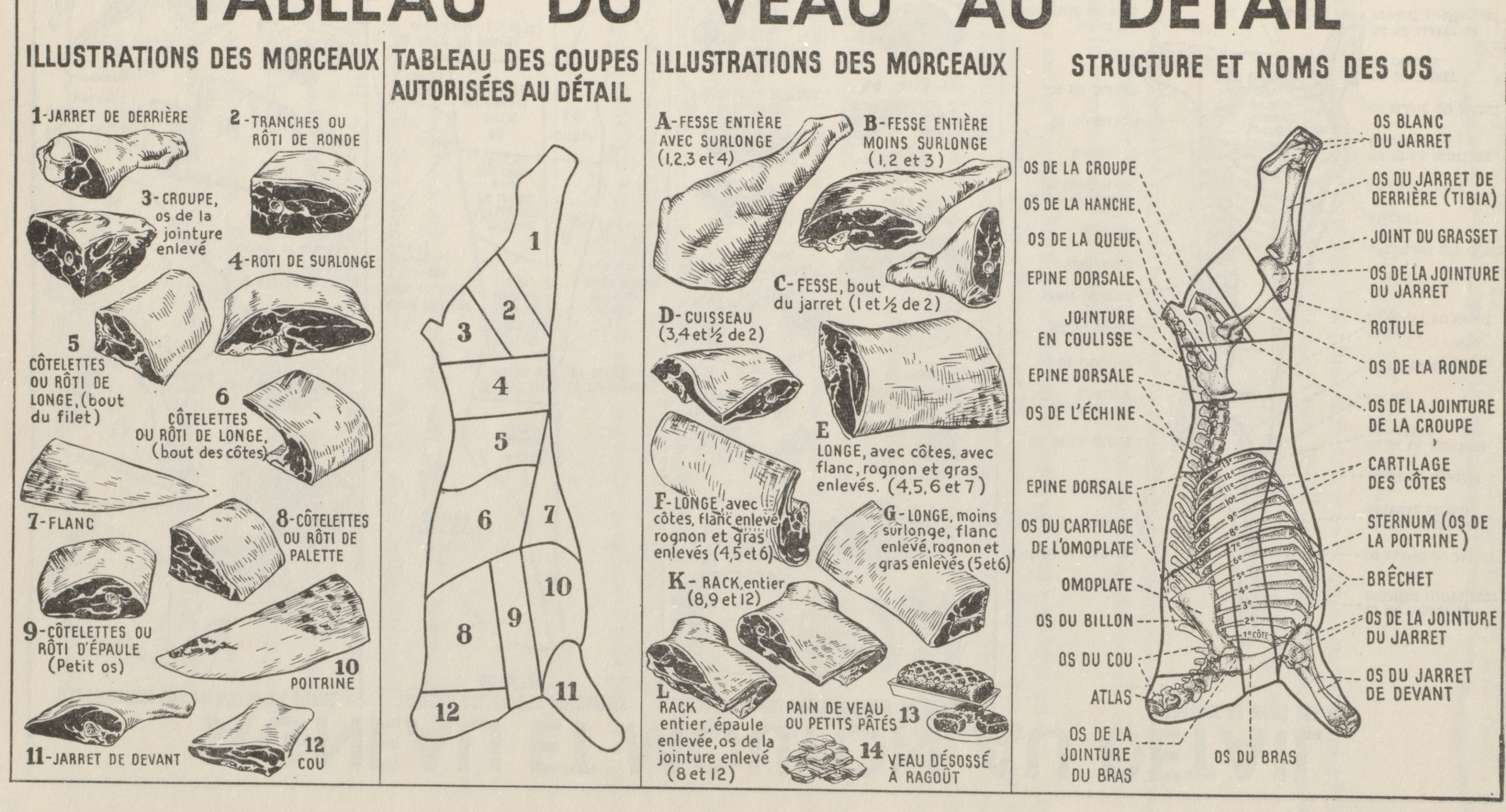
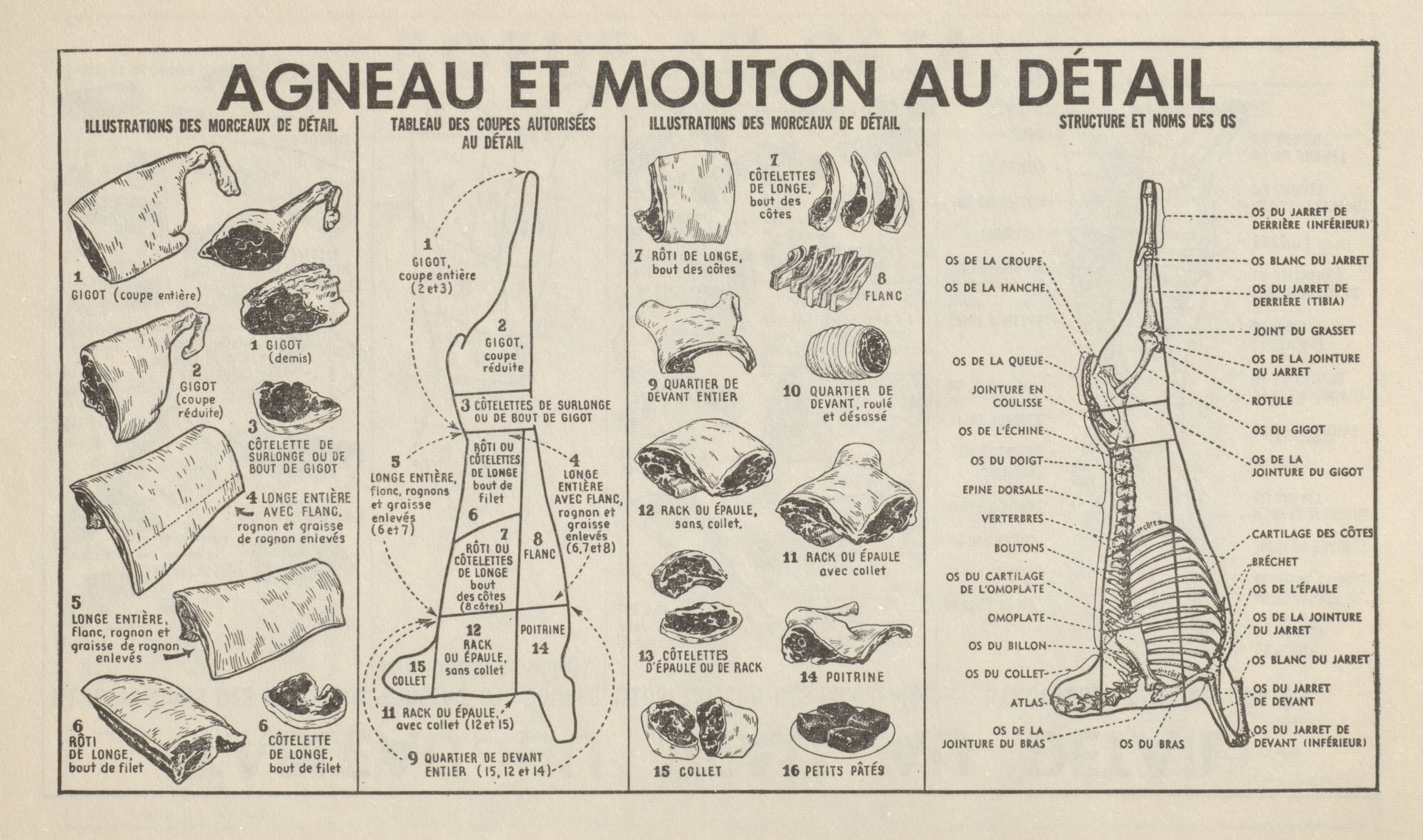


TABLEAU DU VEAU AU DÉTAIL




AGNEAU ET MOUTON AU DÉTAIL
ILLUSTRATIONS DES MORCEAUX DE DÉTAIL
1 GIGOT (coupe entière)
1 GIGOT (demis)
2 GIGOT (coupe réduite)
3 CÔTELETTE DE SURLONGE OU DE BOUT DE GIGOT
4 LONGE ENTIÈRE AVEC FLANC, rognon et graisse de rognon enlevés
5 LONGE ENTIÈRE, flanc, rognon et graisse de rognon enlevés
6 RÔTI DE LONGE, bout de filet
6 CÔTELETTE DE LONGE, bout de filet
TABLEAU DES COUPES AUTORISÉES AU DÉTAIL
1 GIGOT, coupe entière (2 et 3)
2 GIGOT, coupe réduite
3 CÔTELETTES DE SURLONGE OU DE BOUT DE GIGOT
RÔTI OU CÔTELETTES DE LONGE bout de filet
6
5 LONGE ENTIÈRE, flanc, rognons et graisse enlevés (6 et 7)
4 LONGE ENTIÈRE AVEC FLANC, rognon et graisse enlevés (6,7 et 8)
7 RÔTI OU CÔTELETTES DE LONGE bout des côtes (8 côtes)
8 FLANC
12 RACK OU ÉPAULE, sans collet
POITRINE 14
15 COLLET
11 RACK OU ÉPAULE, avec collet (12 et 15)
9 QUARTIER DE DEVANT ENTIER (15, 12 et 14)
ILLUSTRATIONS DES MORCEAUX DE DÉTAIL
7 RÔTI DE LONGE, bout des côtes
7 CÔTELETTES DE LONGE, bout des côtes
8 FLANC
9 QUARTIER DE DEVANT ENTIER
10 QUARTIER DE DEVANT, roulé et désossé
12 RACK OU ÉPAULE, sans collet.
11 RACK OU ÉPAULE avec collet
13 CÔTELETTES D'ÉPAULE OU DE RACK
14 POITRINE
15 COLLET
16 PETITS PÂTÉS
STRUCTURE ET NOMS DES OS
OS DU JARRET DE DERRIÈRE (INFÉRIEUR)
OS BLANC DU JARRET
OS DU JARRET DE DERRIÈRE (TIBIA)
JOINT DU GRASSET
OS DE LA JOINTURE DU JARRET
ROTULE
OS DU GIGOT
OS DE LA JOINTURE DU GIGOT
CARTILAGE DES CÔTES
BRÉCHET
OS DE L'ÉPAULE
OS DE LA JOINTURE DU JARRET
OS BLANC DU JARRET
OS DU JARRET DE DEVANT
OS DU JARRET DE DEVANT (INFÉRIEUR)
OS DE LA CROUPE
OS DE LA HANCHE
OS DE LA QUEUE
JOINTURE EN COULISSE
OS DE L'ÉCHINE
OS DU DOIGT
EPINE DORSALE
VERTEBRES
BOUTONS
OS DU CARTILAGE DE L'OMOPLATE
OMOPLATE
OS DU BILLON
OS DU COLLET
ATLAS
OS DE LA JOINTURE DU BRAS
OS DU BRAS

RAGOUTS ET BOUILLIS

La viande est coupée en morceaux plus ou moins gros et dorée sur tous les côtés dans du beurre ou de la graisse avant que l'eau bouillante soit ajoutée. La cuisson se continue dans une marmite bien fermée où le jus fait seulement mijoter.

VIANDES ROTIES

Les grosses pièces de viande tendre sont ordinairement cuites dans le four dans une grande rôtissoire. Quand il s'agit de cuire un morceau de boeuf, il ne faut pas mettre le couvercle de la rôtissoire.

Pour les autres viandes la plupart des cuisinières voudront mettre un peu, très peu, d'eau dans le fond de la rôtissoire et le couvercle par-dessus; autrement le nettoyage du four est chose terriblement compliquée. Mieux vaudrait ne pas mettre d'eau du tout et laisser le seul jus de la viande donner de quoi l'arroser. Quand la viande est maigre on voudra la garnir de lard salé, etc.,, puis vers la fin de la cuisson on ajoutera un peu d'eau pour avoir suffisamment de sauce.

Le seul fait de cuire la viande à température très modérée dispense de l'arroser très souvent et la viande diminue bien moins quand on s'y prend de cette façon. C'est donc un bienfait pour la maîtresse de maison qui doit abattre une bonne partie de sa besogne tout en surveillant son dîner.

On aura soin de sortir la viande de la glacière une bonne heure avant de la mettre rôtir; pour ne pas gaspiller le combustible et pour pouvoir se fier aux tables de cuisson et de température. Dans tous les cas le thermomètre pour la viande est un petit instrument qui rend de grands services tout en coûtant très peu d'argent.

Notre saumon de la Gaspésie est digne de plaire aux plus difficiles des gourmets. On le sert ordinairement bouilli, avec une bonne sauce hollandaise s'il est chaud, une mayonnaise si on le préfère froid. On fait une bonne salade avec un peu de saumon froid et des légumes coupés en dés. Le saumon en sauce est fort apprécié quand il est servi dans des croustades de pain bien doré.

ROSTBIF

Laisser la viande dans la cuisine ½ heure avant de la mettre au four. Essuyer la viande, la frotter de sel (½ c. à thé par livre) de poivre et de farine Five Roses. (Certaines cuisinières omettent la farine et mettent sel et poivre dans la lèchefrite.) Placer la viande sur un gril, dans une rôtissoire ouverte, sans mettre d'eau. Si la viande est maigre, placer de minces tranches de suif sur le dessus et les fixer avec des cure-dents. Pour entrer le thermomètre, pratiquer une petite incision dans la viande, y passer le thermomètre de façon qu'il arrive jusqu'au milieu de la pièce mais sans toucher à l'os. Laisser le thermomètre monter à la température requise.

Le rostbif continue de cuire tandis qu'il attend dans le réchaud et il faut en tenir compte. Ainsi, s'il s'agit de cuire un Yorkshire pouding pour servir avec la viande, il faudra sortir celle-ci du four un peu avant que le thermomètre marque la température désirée. Tandis que le pouding cuit dans le four très chaud, la viande devient moins saignante dans le réchaud et les deux sont à point au même moment.

BOEUF SALE A L'ANGLAISE

1½ once salpêtre
1½ once poivre noir
1½ tasse cassonade
1½ once épices mélangées
½ once muscade et clou de girofle
12 onces de gros sel

Mélanger les ingrédients, en frotter le morceau de boeuf. Tourner la viande tous les 2 ou 3 jours durant 3 semaines. Placer un morceau de suif là ou se trouvait l'os enlevé. Avant de mettre bouillir la viande l'envelopper et la ficeler afin de lui donner une bonne forme. Mettre au feu et laisser seulement mijoter de 5 à 7 heures; tourner 1 fois au milieu de la cuisson. Ne pas enlever les épices qui collent à la viande en la mettant au feu. Cette recette vaut pour 25 livres de viande. S'il s'agit seulement d'un morceau de boeuf ou de veau pesant dans les 12 livres, employer la même quantité d'épices mais laisser la viande mariner de 10 à 12 jours et bouillir un peu moins longtemps.

BOEUF A LA MODE

Couper la quantité de boeuf nécessaire en carrés, passer généreusement à la farine Five Roses. Mettre fondre dans un chaudron épais du suif et du beurre, y trancher deux ou trois oignons, les laisser dorer. Ajouter la viande bien enfarinée. Il faut pas mal de farine parce que c'est justement la farine qui va donner au jus sa couleur et sa consistance. Brunir la viande sur tous les côtés. Couvrir d'eau bouillante et laisser mijoter 2½ heures, la marmite étant bien fermée. Saler ½ heure avant la fin de la cuisson. Dans une autre marmite cuire dans très peu d'eau des petites pommes de terre, des carottes tranchées et des oignons. Saler après 15 minutes. Quand les légumes sont tendres, les ajouter avec leur eau à la viande. Servir très chaud. A l'occasion servir avec des boulettes de pâte.

BOUILLI DE BOEUF ET ROGNONS

Préparer la viande comme pour le boeuf à la mode, y ajouter 1 ou 2 rognons de boeufs coupés et préparés après avoir trempé ½ heure dans de l'eau froide bien salée. Couvrir d'eau bouillante. Cuire une couple d'heures. Servir avec une garniture de petits pains chauds ou des rondelles de pâte brisée brûlantes.

BIFTECK FARCI

1 c. à soupe de gras
tranche de viande (1½ à 2 lbs.)
8 carottes
⅔ tasse de sauce tomate
4 tasses d'eau
½ tasse céleri haché
1 oignon
6 onces de nouilles aux oeufs
sel et poivre

Entailler tout un côté de la viande. Saler et poivrer les deux côtés, couvrir avec les carottes coupées en quatre sur la longueur et mises à cuire dans l'eau bouillante 8 minutes. Rouler la viande très serré sur les carottes, fixer les bords avec des cure-dents et attacher avec une ficelle. Mettre fondre le gras, y brunir la viande sur tous les côtés. Ajouter l'eau des carottes et assez d'eau pour avoir 4 tasses de liquide. Ajouter la sauce tomate, le céleri, l'oignon et les nouilles. Couvrir et laisser mijoter 1 heure ou jusqu'à ce que la viande soit tendre. Soulever la viande de temps à autre pour éviter qu'elle prenne au fond. Servir sur un plat chaud, la viande entourée des nouilles, garnir de persil et de cornichons frais. (Cuire la viande au four si c'est plus commode.)

VIANDE FARCIE

¼ tasse d'oignon émincé
1 c. à soupe de beurre ou graisse
1¼ livre de boeuf haché
½ livre de porc frais hache
1 c. à thé de sel
poivre
½ tasse de miettes de pain
1 oeuf battu

Cuire l'oignon dans le beurre sans laisser brunir. Ajouter les autres ingrédients et bien mélanger. Placer sur une feuille de papier ciré, disposer la viande en un rectangle de 14 x 10, mettre la farce au milieu et rouler. Placer dans un moule à pain et cuire au four, à 350°F, 1 heure et 15 minutes. Employer la farce favorite mais voici une recette délicieuse: Combiner 2 tasses de pomme de terre pilées, 1 boîte de soupe aux pois, 1 oeuf battu, sel et poivre. Mélanger.

AGNEAU

Avant de mettre l'agneau au feu (four à 300° 350°F) enlever la membrane qui recouvre le gras; autrement la viande aura un goût de laine. Les spécialistes recommandent la rôtissoire ouverte, pas d'eau. En pratique il est plus commode de mettre le couvercle de la rôtissoire et juste assez d'eau au fur et à mesure pour avoir une belle sauce. Saler et poivrer au goût. On peut aussi, après avoir frotté la viande avec un linge pour l'avoir bien propre, la saupoudrer de sel et poivre, farine Five Roses. Garnir de gousses d'ail ou de thym et de marjolaine. On peut aussi ajouter pour varier, des quartiers de chou durant la dernière partie de la cuisson.

AGNEAU AUX BOULETTES

3 livres d'agneau
½ tasse d'oignon tranché
5 tasses d'eau bouillante
sel et poivre
farine Five Roses
½ tasse de carottes en dés
2 c. à soupe de persil haché

Couper l'agneau en morceaux, le passer à la farine salée et poivrée; brunir dans un peu de beurre ou de graisse, ajouter l'eau bouillante, laisser mijoter 2 heures. Ajouter les légumes après 1 heure de cuisson. Garnir de boulettes aux champignons.

BOULETTES AUX CHAMPIGNONS

1 tasse de farine Five Roses
2 c. à thé de poudre à pâte
1 c. à soupe de graisse
½ c. à thé de sel
½ tasse de soupe aux champignons en boîte
6 c. à soupe d'eau

Sasser la farine 1 fois, la mesurer, sasser ensemble les ingrédients secs. Ajouter la graisse, mélanger à l'aide de deux couteaux; ajouter la soupe condensée et assez d'eau pour avoir une pâte molle. Laisser tomber par cuillerées dans le bouilli qui mijote. Couvrir hermétiquement et laisser cuire sans lever le couvercle durant 10 à 12 minutes. Avoir le feu juste assez haut pour que le jus continue à mijoter.

GALANTINE DE VEAU

1 jarret de veau
1 livre de veau dans l'épaule
1 oignon
6 poivres ronds
2 feuilles de laurier
feuilles de céleri
2 c. à thé de sel
2 olives farcies
2 oeufs cuits dur

Peler l'oignon, le trancher. Mettre tous les ingrédients à part les oeufs et les olives, dans une marmite avec de l'eau froide pour couvrir amplement la viande. Mettre chauffer; quand l'eau bout baisser le feu et laisser mijoter jusqu'à ce que la viande soit tendre, soit 2 heures environ. Enlever la viande, la couper en petits morceaux. Couler le bouillon et le mettre diminuer pour avoir 1 tasse de liquide. Garnir le fond d'un moule de tranches d'olives et d'oeufs durs. Verser dessus la viande coupée puis le bouillon. Mettre prendre à la glacière, servir sur des feuilles de laitue. Pour avoir une gelée piquante, ajouter 1 c. à soupe de sauce Worcestershire au bouillon avant de le verser dans le moule.

PORC

Le porc se sert bien cuit, toujours. Il ne faut pas que la viande ait une teinte rosée. Rôtir dans une lèchefrite fermée et au moins aussi longtemps qu'indiqué dans les colonnes d'indications sur le temps de cuisson des différentes viandes.

EPAULE FARCIE

4 tasses de pain
2 c. à thé de sel
2 c. à soupe d'oignon
1 tasse de blé d'inde
4 c. à soupe de beurre
2 oeufs battus
épaule désossée (6 à 8 livres)

Défaire le pain en miettes, hacher l'oignon, ajouter le blé d'inde en boîte et les autres ingrédients. Remplir avec la farce la cavité laissée par l'os, attacher et rôtir le porc frais.

JAMBON EN COIFFE

Laver 1 demi-jambon, l'essuyer et saupoudrer la viande avec un peu de clou. Faire une pâte avec 3 ou 4 tasses de farine Five Roses 1 c. à thé de cannelle, 1 ou 2 c. à soupe d'oignon haché, ½ c. à thé de thym ou de sauge et assez d'eau froide pour rouler la pâte à ⅛ de pouce. Couvrir tout le jambon avec la pâte, le placer gras en bas dans la rôtissoire. Cuire à 320°F en comptant 20 minutes par livre ou jusqu'à ce que le thermomètre marque 170°F. Retirer du four, casser la pâte et enlever la peau avec précaution. Placer gras en haut dans la rôtissoire avec 1 tasse de cidre, 1 feuille de laurier, 1 c. à thé de poivre rond, une poignée de cassonade et 6 clous de girofle. Frotter le gras avec de la moutarde et ensuite avec de la cassonade. Retourner au four à 330°F et cuire encore 10 minutes par livre en arrosant la viande toutes les 8 ou 10 minutes. Pour couvrir un jambon de 6 livres il faut 4 tasses de farine Five Roses en pâte; il en faudra plus ou moins selon que le jambon est plus ou moins gros. A défaut de cidre de pomme, se servir de vinaigre de cidre dilué avec de l'eau.

FILETS GARNIS

Prendre 2 filets de même grosseur. Enlever le gras, entailler sans couper tout à fait. Ouvrir un filet, le couvrir de farce de volaille, recouvrir avec l'autre filet, ficeler. Placer sur gril dans une petite lèchefrite, couvrir avec des lanières du gras, cuire à four modéré (325° à 350°F) de 25 à 30 minutes par livre. Enlever le gras après ½ heure de cuisson. Servir chaud ou froid mais en tranches.

COTELETTES DE PORC FARCIES

8 côtelettes de porc
6 tranches de pain sec
1 oignon émincé
1 c. à thé de sel
¼ c. à thé de poivre
1 c. à thé de sauge
1 oeuf
eau ou bouillon

Rôtir les côtelettes dans la poêle pour qu'elles soient dorées; couvrir d'eau et laisser mijoter 25 minutes. Ajouter au pain émietté un peu de consommé, de lait ou d'eau; ajouter les autres ingrédients. Placer les côtelettes dans un plat allant au four, les couvrir de farce et cuire à four doux environ 1½ heure en arrosant la garniture de temps à autre avec le liquide dans lequel les côtelettes ont cuit.

GRAISSE DE ROTI

Bien souvent dans nos familles on voudrait avoir de la graisse de rôti sans le porc-frais. Voici comment procéder pour avoir une assez bonne imitation de graisse de rôti.

1 livre de lard frais
2 c. à thé d'extrait de viande
1 enveloppe de gélatine
1¾ tasse eau bouillante

Passer le lard frais au hache-viande, le mettre fondre. Faire amollir 1 enveloppe de gélatine dans ¼ de tasse d'eau froide. Ajouter l'extrait de viande à l'eau bouillante, ajouter la gélatine; retirer le lard fondu du feu, combiner avec le bouillon, saler au goût, verser dans des petits moules rincés à l'eau froide. Si on préfère moins de gelée, préparer seulement la moitié du bouillon à la viande. La sauce de veau ou de poulet remplace avantageusement l'extrait de viande. Ajouter de l'eau pour avoir la quantité de liquide voulue. Enlever le gras s'il s'agit de veau; on peut laisser le gras de poulet.

TETE EN FROMAGE
(sans tête)

2 pattes de cochon
1 livre de cochon dans l'épaule
sel et poivre
clou
cannelle
vin rouge

Nettoyer les pattes et laver la viande. Mettre au feu avec suffisamment d'eau pour couvrir, sel, poivre, un peu de clou et de cannelle. Laisser mijoter jusqu'à ce que la viande soit bien cuite et se détache des os. Goûter le bouillon et ajouter des épices si nécessaire. Enlever la viande, la couper en petits morceaux. Couler le bouillon, le remettre au feu avec la viande et ajouter un bon verre de vin rouge. Retirer du feu, verser dans des moules rincés à l'eau froide. Mettre prendre au froid.

Cette façon de préparer le porc donne un plat qui ressemble tellement à la tête en fromage que les maris ne voient pas la différence tandis que les cuisinières sont bien heureuses de s'en tirer à si bon compte. Quand on songe au soin et au temps qu'il faut pour nettoyer et cuire la tête en fromage, on ne peut pas les blâmer d'adopter la méthode moderne.

DINDE ROTIE A LA MODE DE DIJON

1 livre de châtaignes épluchées
1 livre de filet de porc-frais
½ livre de foie de volaille ou de porc
½ livre de lard frais
1 oeuf
1 petit verre de cognac
1 poignée de mie de pain
1 oignon (moyen)
2 branches de céleri
sel et poivre
épices

Compter 3 livres de farce pour un dindonneau de 14 livres.


FIVE ROSES
FARINE ENRICHIE
Farine Enrichie
FIVE ROSES



Farine Enrichie **FIVE ROSES**

Décortiquer et faire cuire les châtaignes à l'eau légèrement salée. Enlever la peau brune avec précaution pour ne pas les briser; garder au frais. Couper en tranches le filet de porc et le foie, frire les deux dans la poêle avec un bon morceau de beurre durant 10 minutes. Retirer du feu, arroser avec le cognac et flamber. Mettre refroidir et garder au frais jusqu'au lendemain.

Hacher finement oignon et céleri, faire frire au beurre à feu doux pendant quelques minutes. Mélanger avec le filet et le foie préparé la veille, le lard gras cru coupé en morceaux. Passer le tout au hache-viande pour avoir une purée. Dans une poêle encore chaude mais hors du feu, mélanger la purée qui sort du hache-viande, la mie de pain, l'oeuf entier non battu, sel, poivre, épices et châtaignes. Bourrer le dindonneau avec la farce qui n'est ni chaude ni froide. Cuire au four.

POULET ROTI

Choisir pour rôtir un poulet de 3½ à 7 livres. Ne pas laisser le boucher couper les pattes. Avec un couteau tranchant couper la peau juste à la jointure de façon à découvrir les tendons allant de la cuisse à la patte. Prendre un instrument pointu comme un pic à glace, le passer sous un des tendons, tirer, Sortir de cette façon tous les tendons de la cuisse — ils vont rester pris à la patte. Plier la patte, la couper. Cette petite opération est assez ennuyeuse mais elle permet à la viande de la cuisse de rester tendre parce que les tendons, qui en cuisant deviennent durs comme des petits os, sont tous enlevés.

Nettoyer à fond et assécher le dedans du poulet; le farcir, le ficeler.

Une autorité en cuisine conseille de rôtir le poulet comme suit:

Placer le poulet sur le gril dans une rôtissoire ouverte, le peinturer d'huile à salade ou de beurre fondu. Sur la poitrine qui est en l'air, placer 3 tranches de lard salé ou de bacon. Cuire à la température indiquée dans l'aide-mémoire et le temps qu'il faut pour la grosseur de la volaille sans arroser ni tourner le poulet et sans mettre d'eau dans la rôtissoire.

POULET ROTI EN CAGE

Prendre une belle volaille nettoyée, la farcir ou non, la ficeler solidement. Peinturer toute la peau de beurre fondu ou d'huile à salade. Placer la volaille dans un grand sac de papier brun solide, fermer et ficeler le sac, le placer sur une tôle. Mettre la volaille au four à 350° et la laisser cuire bien tranquille, sans ouvrir le four, sans arroser, etc., etc. On compte environ 1 heure de cuisson de moins que d'habitude. La volaille sera tendre et juteuse, dorée à souhait, sans que la cuisinière ait eu à s'en occuper. Le procédé vaut surtout pour une volaille rôtie qu'on voudrait manger froide car il n'y aura pas beaucoup de sauce mais la méthode est tellement simple que les cuisinières novices voudront l'adopter d'emblée.

FARCE

1 c. à soupe de beurre
1 oignon
1 tasse de pain
½ tasse de consommé
1 c. à thé de sel
½ c. à thé de poivre
½ c. à thé de thym
½ tasse de céleri haché
1 oeuf
1 tasse de foie haché

Passer le foie au hache-viande. Hacher l'oignon, le faire revenir dans le beurre; ajouter le pain mouillé avec le consommé. Retirer du feu, laisser refroidir puis ajouter les autres ingrédients. Farcir le poulet. Cette farce fait aussi un bon pain de viande. Diminuer la quantité de foie si on ne l'aime pas.

FARCE POUR DINDE OU POUR POULET

2 tranches de lard salé
1 gros oignon
1 pomme de terre bouillie
2 branches de céleri
gésiers de dinde ou de poulet
10 biscuits émiettés
1 c. à thé de sel
1 c. à thé de sauge
1 oeuf bien battu
poivre

Cuire les gésiers à l'eau salée jusqu'à ce qu'ils soient tendres, les passer au hache-viande. Passer les autres ingrédients au hache-viande, mélanger le tout; ajouter l'oeuf battu et assez de l'eau de cuisson des gésiers pour donner la consistance voulue. Farcir la volaille.

GARNITURE DE POMMES

Au lieu de la gelée d'atoca ou de la compote de pomme, on peut servir avec la volaille des pommes à la cannelle. Prendre des petites pommes sures, les peler, enlever le coeur. Bouillir ensemble durant 5 minues 1 tasse de cidre et 1 tasse de sucre, ajouter 1 c. à thé de cannelle. Placer les pommes dans le sirop et cuire doucement, sans les briser, en les arrosant de temps à autre. Mettre un peu de gelée verte ou rouge dans le coeur de chaque pomme, les placer autour du plat de viande avec ici et là des branches de persil.

POUSSINS MARIE-LOUISE

3 poussins (½ par personne)
1 gros oignon tranché fin
8 tranches de bacon
1 c. à dessert de beurre
1 tasse de crème 15%

Prendre une marmite épaisse et qui ferme bien, genre sans eau, la tapisser avec des tranches de bacon et d'oignon. Saler et poivrer l'intérieur des poussins, beurrer le dehors, les placer dans la marmite prête. Couvrir, partir à feu très, très doux, sans eau. Après ½ heure, tourner les poussins qui ne doivent pas prendre couleur. Cuire en tout, de 1¼ à 1½ heure. Dresser les poussins sur un plat très chaud, — un plat de verre allant au four serait l'idéal — garnir de bacon et tenir au chaud le temps de faire la sauce.

Dégraisser le jus. Sur le fond très brun verser la crème, décoller avec la cuiller de bois et laisser venir à la consistance d'une sauce blanche claire. Verser la sauce sur les poulets. Servir très chaud avec des haricots verts ou des petits pois et des pommes de terre nature.

PIGEONS EN COCOTTE

3 pigeons
12 petits oignons (très petits)
12 petites carottes
2 tasses de consommé
2 c. à thé de beurre
½ c. à soupe de farine Five Roses
bouquet garni

Faire chauffer le beurre dans la cocotte, ajouter les pigeons assaisonnés à l'intérieur avec sel et poivre. Laisser prendre couleur. Saupoudrer avec la farine, ajouter le bouillon, les carottes, les oignons et le bouquet garni. Couvrir et laisser cuire doucement jusqu'à ce que la viande soit tendre. Dresser sur un plat avec les légumes en couronne autour des pigeons.

On peut cuire de la même façon une volaille coupée par morceaux.

FOIES DE VOLAILLE

Mettre 2 foies de poulets dans une tasse, couvrir de vin rouge (sherry) laisser macérer 12 heures. Mettre la tasse au bain-marie, laisser cuire 15 minutes en retournant les foies 1 fois. Passer le tout au tamis fin, ajouter autant de beurre manié, mélanger à fond; saler et poivrer à volonté et verser dans des petits pots stérilisés.

Servir sur croutons ou biscuits pour accompagner une salade ou un coquetel.

CUISSES DE POULET DIABLEES

2 cuisses et pilons
2 c. à thé graisse de poulet
4 tranches de bacon
2 c. à thé de moutarde anglaise
2 c. à thé de "chutney"

Enlever la peau et mettre chauffer la viande à la vapeur, enveloppée dans un papier parchemin. Chauffer la graisse de poulet, y ajouter le bacon. Quand le poulet est chaud, fendre chaque morceau 2 fois sur la longueur et remplir les ouvertures avec le mélange de moutarde et de chutney mouillé avec 1 c. à thé d'eau froide. Mettre la viande dans la graisse qui attend, laisser prendre couleur très légèrement, dresser avec le jus et la garniture de bacon. Servir avec des pommes de terre persillées.

LAPIN ROTI

¼ livre de lard salé
2 oignons
2 gousses d'ail
1 lapin coupé par morceaux

Couper le lard salé en dés, le mettre dans un chaudron avec couvercle. Le vieux chaudron de fer serait parfait. Ajouter les oignons pelés, les gousses d'ail et le lapin

coupé en morceaux plus ou moins gros. Saler et poivrer, couvrir immédiatement. Laisser cuire à très petit feu en retournant les morceaux de temps en temps. Le lapin doit rester très pâle. La cuisson prend de 1½ à 2 heures. Cette recette donne peu de sauce mais une viande juteuse et succulente qui peut avantageusement remplacer le poulet.

PATE DE DESSERTE

6 pommes de terre grosseur moyenne
2 tasses de viande cuite hachée
reste de sauce
oignon et persil

Couper les pommes de terre en lanières comme pour une julienne. Dans une poêle chauffer 1 c. à soupe d'huile, y mettre une couche des pommes de terre; saler, ajouter la viande et recouvrir avec l'autre moitié des pommes de terre. Couvrir et cuire à feu doux durant 15 minutes. Retourner le pâté dans un plat, le remettre dans la poêle de façon à ce que le rang de pommes de terre qui était dans le fond soit maintenant sur le dessus. Brunir 15 minutes de plus. Servir avec une salade de laitue.

FOIE

Il est bon d'enlever la peau du foie de porc ou de boeuf avant la cuisson. Le foie de mouton, de boeuf ou de porc ont aussi besoin d'être ébouillantés avant la cuisson. La viande est ainsi plus tendre et la saveur améliorée. Le foie ébouillanté est aussi plus facile à passer au hache-viande. A part le foie de porc qui, comme toutes les autres parties du porc doit cuire longuement, le foie est plus tendre quand il est cuit à peine.

Avec du foie, des rognons ou des cervelles, on peut préparer des plats délicieux, mais il faut se rappeler que ces viandes se détériorent bien plus vite que les autres. Il s'agit donc de les acheter bien fraîches, de les garder au froid et de s'en servir promptement.

FOIE DE BOEUF EN MOULE

1 livre de foie de boeuf
1 oignon (moyen)
½ livre de saucisse de porc
1 tasse de miettes de pain
1 c. à thé de sauce Worcestershire (facultatif)
1 c. à soupe de jus de citron
1 c. à thé de sel de céleri
poivre
2 oeufs battus
½ tasse de consommé
4 tranches de bacon

Couvrir le foie d'eau bouillante, laisser mijoter 5 minutes, garder le liquide. Passer l'oignon et le foie au hache-viande, ajouter les autres ingrédients à part le bacon. Verser dans un moule bien graissé de 5½ x 10½, garnir avec le bacon et mettre cuire au four à 350°F, environ 45 minutes.

FOIE DE VEAU A L'ESPAGNOLE

6 tranches de foie de veau
farine Five Roses
3 c. à soupe de beurre
1 oignon tranché
2 tasses de tomates en boîte
2 c. à soupe de piment vert
½ tasse de champignons émincés
1 gousse d'ail
1 c. à thé de sel
½ c. à thé de poivre

Mettre fondre le beurre, ajouter oignon et piment, laisser cuire environ 10 minutes. Ajouter les tomates, champignons, ail, sel et poivre et cuire doucement 1 heure. Enlever l'ail. Saler et poivrer le foie, le passer à la farine et le faire revenir dans un peu de beurre. Placer sur un plat bien chaud, verser dessus la sauce, garnir de persil haché et servir.

COEUR BRAISE

1 coeur de boeuf
sel et poivre
farce au pain
2 c. à soupe de saindoux ou d'huile

Laver le coeur, enlever les parties dures, saler et poivrer. Remplir de farce au choix et coudre. Mettre brunir le coeur dans la graisse, ajouter ½ tasse d'eau. Couvrir et cuire doucement 3 heures environ ou jusqu'à ce que la viande soit tendre, en ajoutant de l'eau au besoin.

Farce: Cuire 2 tranches de bacon, le sortir de sa graisse et le hacher. Mettre rôtir dans la graisse du bacon 2 c. à soupe d'oignon. Quand l'oignon est doré, ajouter 4 tranches de pain sec émietté, 1 oeuf battu, du sel et du poivre. Ajouter le bacon, bien mélanger.

COEUR DE VEAU BOUILLI

2 coeurs de veau
1 feuille de laurier
sel et poivre
½ citron
2 c. à soupe de farine Five Roses
2 c. à soupe de beurre

Laver les coeurs avec soin et enlever veines, artères et sang. Placer dans assez d'eau bouillante pour couvrir et laisser mijoter 1½ heure. Enlever la graisse et laisser refoidir. Couper le maigre en petites bouchées, mettre au feu avec une feuille de laurier, sel et poivre et laisser mijoter 10 minutes. Mélanger le beurre et la farine, les ajouter à la viande avec le citron tranché. Brasser durant 5 minutes et servir immédiatement.

ROGNONS

Laver les rognons avec soin, enlever la peau; couper sur la longueur, enlever le gras et les grosses veines. Mettre tremper les rognons 1 heure dans de l'eau salée. Les rognons de porc, après avoir trempé, seront mis à bouillir doucement de 20 à 25 minutes avant de les employer dans une recette.

ROGNONS EN SAUCE

Prendre des rognons d'agneau, de veau ou de boeuf. Quand ils ont trempé, les tailler en tranches de ½ pouce d'épaisseur, les passer à la farine et les dorer dans 1 c. à soupe de beurre. Au bout de 5 minutes, ajouter ½ tasse d'eau; laisser mijoter quelques minutes et ajouter ¼ de tasse de vin, du sel et du poivre. Servir immédiatement sur des pointes de rôties.

Au lieu du vin on peut employer un peu de jus de citron et ajouter du persil haché. Les rognons sont durs quand ils cuisent trop longtemps, il faut faire vite.

ROGNONS AUX CHAMPIGNONS

2 rognons de veau
½ tasse de champignons émincés
2 petits oignons
4 c. à soupe de beurre
sel et poivre
miettes de pain
muscade

Mettre mijoter 1 heure les rognons qui ont trempé, après les avoir coupés en deux; égoutter, enlever la peau et le gras; essuyer les morceaux de rognons. Les réunir deux par deux avec des champignons entre, fixer avec des cure-dents. Placer dans un plat beurré sur des tranches d'oignon épaisses. Saler, poivrer, ajouter un peu de muscade si on l'aime. Saupoudrer de miettes de pain, garnir de beurre. Mettre un peu d'eau autour et cuire à four modéré (350°F) environ 40 minutes.

ROGNON A LA CREOLE

1 rognon de boeuf
¼ tasse de graisse ou d'huile
1 gros oignon
1 carotte
1 pomme de terre
1½ tasse de tomate
2 tasses d'eau bouillante
½ c. à thé de sauce Worcestershire
sel et poivre

Trancher le rognon qui a trempé, le passer à la farine assaisonnée; mettre chauffer à la graisse, brunir, ajouter les tomates et l'eau, laisser cuire ½ heure. Ajouter les légumes coupés en dés, de l'eau si nécessaire et laisser cuire le temps que les légumes soient tendres. Ajouter un peu de pois verts comme décoration, servir sur toasts.

CERVELLES ET AMOURETTES

Les cervelles et les amourettes se ressemblent et se préparent de la même façon. Comme ces viandes se conservent mal, il faut s'en servir tout de suite ou du moins les cuire et ensuite les mettre au froid.

Laver cervelles et amourettes à l'eau froide. Mettre mijoter 15 minutes dans de l'eau contenant 1 c. à thé de sel et 1 c. à soupe de vinaigre ou de jus de citron pour chaque pinte de liquide. L'acide garde la viande blanche et ferme. Egoutter

et plonger dans l'eau froide. Enlever la membrane, mettre à la glacière. Ecraser des biscuits sodas; battre 1 oeuf; tailler les cervelles ou les amourettes bouillies en tranches épaisses, les passer dans l'oeuf puis dans les biscuits. Mettre dorer dans du beurre, servir très chaud.

LANGUES

2 oignons	**2 clous de girofle**
3 carottes	**poivre en grains**
2 branches de céleri	**sel**
1 feuille de laurier	**2 langues de boeuf**

Dans une grande marmite mettre assez d'eau froide pour couvrir légumes et viande, ajouter tous les ingrédients moins les langues. Ne pas peler les oignons pour donner de la couleur au bouillon. Cuire le bouillon ½ heure avant d'ajouter les langues bien lavées. Laisser cuire jusqu'à ce que les langues soient tendres quand on les pique avec une fourchette. Sortir les langues, les peler, les remettre cuire 15 minutes. Il faut saler le bouillon plus ou moins, selon que les langues employées sont fraîches ou salées, en se souvenant que ce bouillon sert à faire les sauces.

LANGUE CHAUDE

1 c. à dessert de beurre ou graisse	**1½ tasse de bouillon tamisé**
1 c. à soupe de farine Five Roses	**4 petites pommes de terre**

Préparer une sauce blanche avec le beurre, la farine et le liquide dans lequel la langue a cuit. Mettre la langue dans un plat profond, allant au four. La trancher sur la longueur si on la préfère en morceaux. Ajouter les carottes cuites dans le bouillon, les pommes de terre crues, verser dessus la sauce. Couvrir et mettre au four ½ heure.

LANGUE EN GELEE

Faire amollir 1 enveloppe de gélatine dans ¼ de tasse de bouillon tamisé et froid. Chauffer 1¾ tasse de bouillon tamisé, ajouter la gélatine. Placer la langue, tranchée sur la longueur ou entière, dans un joli moule, verser dessus le bouillon, mettre prendre. Démouler au moment de servir.

POISSON

Le poisson bien cuit n'est pas chose à dédaigner. C'est un aliment très sain et, dans la plupart de nos régions, peu coûteux. On apprend vite à aimer le poisson quand une fois on a goûté un plat de poisson avec tomates et oignon ou, ce régal des gourmets, le flétan aux champignons.

Quand le poisson est acheté entier il faut compter ½ livre par convive tandis que la même quantité de filets suffit pour deux personnes.

POISSON BOUILLI

Employer un poisson entier, un morceau, des filets ou des tranches. Envelopper le poisson dans un morceau de coton à fromage ou de papier parchemin. Dans assez d'eau pour couvrir le poisson mettre 1 c. à soupe de sel et ½ c. à soupe de jus de citron pour chaque pinte d'eau. Ajouter un petit oignon, du persil, des branches ou des feuilles de céleri, une carotte et une feuille de laurier. Quand l'eau commence à bouillir y placer le poisson et laisser mijoter jusqu'à ce que la chair laisse les os ou que le poisson soit tendre. Eviter à tout prix que l'eau bouille pour de bon. La cuisson prend de 10 à 20 minutes par livre selon l'épaisseur du poisson ou du morceau.

POISSON ROTI

Saucer le poisson ou les filets dans du lait, puis dans un mélange de farine Five Roses et de farine de blé d'inde; saler et cuire dans une poêle chaude bien graissée. Se servir de graisse ou d'huile à salade; pas de beurre parce qu'il fume en chauffant. Dorer les deux côtés du poisson. La cuisson prend environ 10 minutes, selon la grosseur du poisson ou de l'épaisseur des tranches.

Ou bien, tailler le poisson en portions, le passer dans un mélange de farine Five Roses et de farine de blé d'inde. Dans une poêle mettre chauffer 1 pouce d'huile ou de graisse à 375°F, y placer le poisson avec précaution. Cuire 2 à 3 minutes, tourner; sortir le poisson quand il monte à la surface de la friture. Mettre égoutter, servir immédiatement.

POISSON AU FOUR
(méthode Spencer)

poisson de 3 à 6 livres
huile ou graisse
miettes de pain

Préparer le poisson en enlevant la tête, la queue, etc.; le couper sur la longueur pour qu'il s'ouvre comme une tranche. Huiler ou graisser un plat, y placer le poisson la peau dans le fond. Saler et saupoudrer de miettes de pain très fines puis d'huile ou de graisse fondue. Placer dans un four à 500°F sans une goutte d'eau. Cuire vivement en comptant 10 minutes de cuisson par pouce d'épaisseur. Quand le poisson est gros, baisser la température vers la fin de la cuisson. On peut garnir le poisson, avant de le mettre au four, avec des oignons rôtis sans qu'ils aient pris couleur. Saupoudrer de miettes de pain.

FLETAN AUX CHAMPIGNONS

2 livres de flétan
½ livre de champignons émincés
jus de citron
farine Five Roses
sel et poivre
1 tasse de vin

Avoir le poisson en tranches de 1½ pouce d'épaisseur, sortir les filets des tranches sans les briser. Arroser de jus de citron, saler et poivrer, rouler dans la farine. Bien

beurrer un plat profond allant au four, y mettre des petits morceaux de beurre. Placer le poisson et les champignons dans le plat en intercalant les deux. Mouiller avec 1 tasse de vin — qui peut être du vin fait à la maison — dans lequel on a délayé 1½ c. à thé de farine. Couvrir et mettre cuire à four modéré, environ ½ heure. Servir dans le même plat.

FLETAN AUX TOMATES

Préparer les filets; saler et poivrer, saupoudrer de farine, placer dans un plat beurré allant au four. Ajouter 1 tasse de tomates en boite et ½ oignon haché bien fin. Fermer et mettre cuire au four environ ½ heure.

FILETS DE POISSON

Saler et poivrer les filets, les cuire au beurre et les disposer dans un plat allant au four. Masquer le tout de crème sure saupoudrée de sel. Garnir de pommes de terre nature et servir dans le même plat.

FILETS AUX TOMATES

2 livres de filets
sel et poivre
2 tasses de crème de tomate

Essuyer les filets, les placer dans un plat beurré. Verser dessus 2 tasses de crème de tomate et cuire au four (350°F) 35 minutes.

FILETS AU FROMAGE

2 c. à soupe de beurre ou graisse
3 c. à soupe de farine Five Roses
1 tasse de lait chaud
⅓ tasse de fromage râpé
½ c. à thé de moutarde anglaise
¼ c. à thé de sel
filets

Faire fondre le beurre, retirer du feu, ajouter la farine, mélanger et ajouter le lait; ajouter le fromage, la moutarde et le sel. Quand le fromage est fondu, remettre cuire 5 minutes. Placer les filets dans un plat beurré, verser la sauce dessus et mettre au four (500°F) 10 à 20 minutes.

FILETS A LA SPENCER

2 livres de filets
1 c. à soupe de sel
1 tasse de lait
huile ou graisse fondue
miettes de pain très fines

Couper les filets, les mettre tremper dans le lait salé 3 minutes. Couvrir de miettes de pain en se servant d'une main pour tremper les filets dans le lait et de l'autre pour enrober, ce qui facilite la besogne. Mettre dans un plat huilé, humecter d'huile ou de graisse fondue et cuire à four chaud. (450° à 500°F.) Un filet épais

d'un pouce prend 10 minutes à cuire, pas plus. Les miettes de pain sont recommandées parce qu'elles brunissent plus uniformément qu'autre chose. On peut à la dernière minute de cuisson saupoudrer un peu de fromage râpé sur les filets.

TRUITE

La truite est rôtie dans la poêle ou mise au four. On peut la passer dans un mélange de farine Five Roses et de farine de blé d'inde pour avoir une peau plus croustillante. La truite, surtout de bonne taille, est aussi délicieuse bouillie et servie chaude avec une sauce hollandaise ou froide en salade.

SAUMON

Les tranches sont meilleures cuites au four comme des filets mais sans les tremper dans le lait. Le poisson entier est ordinairement bouilli, c'est-à-dire cuit dans l'eau acidulée qu'on ne laisse pas bouillir. Il est servi avec une sauce hollandaise, froid avec une mayonnaise.

PAIN DE SAUMON

1 boîte de saumon
2 tasses de carottes en dés
1 tasse de céleri coupé en allumettes
¼ tasse d'oignon haché fin
3 jaunes d'oeufs battus
sel et poivre

Mélanger les ingrédients, verser dans un plat beurré et mettre à four doux 45 minutes. Tourner sur un grand plat, décorer avec du persil et servir avec une bonne sauce. Le pain peut se cuire à la vapeur. Pour des moules individuels, employer des plats à cossetarde. On peut aussi remplacer le saumon par un reste de poisson déjà cuit.

PAIN DE POISSON

2 tasses de poisson
1 c. à soupe de jus de citron
¼ tasse de beurre ou de graisse
¼ tasse de farine Five Roses
1 tasse de lait
½ tasse de miettes de pain
½ tasse de céleri haché
1 c. à soupe de persil haché
2 c. à thé de jus d'oignon (facultatif)
1 c. à thé de sel

Prendre du poisson cuit ou en boîte. Egoutter le poisson, le défaire, ajouter le jus de citron. Faire fondre le beurre, ajouter la farine puis le lait et cuire jusqu'à ce que le mélange soit épais et lisse. Laisser refroidir un peu, ajouter les autres ingrédients et bien mélanger. Former en pain sur un papier huilé placé sur le gril dans la rôtissoire. Cuire sans couvercle durant 45 minutes dans un four à 350°F. Servir avec une sauce créole.

SAUCES

CONSOMME

1 carcasse de poulet (os et peau)
1 os de veau
1 os de boeuf
2 oignons avec la pelure
3 carottes
2 branches de céleri
2 feuilles de laurier
3 clous de girofle
poivre rond
1 gousse d'ail
1 c. à dessert de sel
4 pintes d'eau froide (environ)

Prendre des os avec de la moelle (pour .05 de veau et autant de boeuf) les faire casser par le boucher. La gousse d'ail accentue le goût au point de donner la valeur de 2 livres de viande. Ne pas peler les oignons pour qu'ils donnent de la couleur au bouillon.

Mettre tous les ingrédients dans une grande marmite et laisser cuire très doucement durant 4 heures. Il doit rester 3 pintes de liquide. Si nécessaire ajouter de l'eau pour avoir cette quantité. Passer au tamis et laisser refroidir. Dégraisser.

POUR CLARIFIER LE CONSOMME

Placer 2 blancs d'oeufs battus légèrement dans une marmite, ajouter le consommé et les coquilles de 2 oeufs. Tourner avec une cuiller de bois jusqu'à ce que le liquide commence à bouillir. Laisser reposer sur un coin du poêle. Passer le consommé au travers de deux doubles de coton à fromage mis dans une passoire. Verser dans des pots stérilisés. Couvrir d'un peu d'huile à salade ou de graisse et le consommé se conserve dans la glacière 1 ou 2 semaines à condition que le pot ne soit pas ouvert.

Ce consommé sert de fond de sauce. Pour avoir de bonnes sauces il ne faut jamais se servir d'eau. A défaut de consommé employer du jus de légume, l'eau des légumes ou même du thé faible.

Pour glacer des viandes froides, etc., il y a deux façons de procéder. Laisser bouillir et diminuer 1 pinte de consommé dans une poêle pour avoir 1 tasse de liquide. Appliquer sur la viande avec un pinceau. Ou encore: faire une sauce blanche avec 2 c. à soupe de beurre, 2 c. à soupe de farine et 2 tasses de consommé. Quand la sauce est épaisse, y ajouter 1 c. à soupe de gélatine amollie dans ¼ de tasse d'eau froide. Couler, laisser refroidir. Garnir la viande ou le poisson juste quand la sauce est sur le point de prendre.

Pour galantine: Ajouter à 1¾ tasse de consommé chaud, 2 c. à thé ou 1 enveloppe de gélatine amollie dans ¼ tasse d'eau froide. Verser sur la viande cuite coupée en dés, ou sur des légumes. Mettre prendre à la glacière.

SAUCE HOLLANDAISE POUR NOVICES

1 c. à soupe de beurre
1 c. à thé de farine Five Roses
½ tasse de consommé
4 jaunes d'oeufs battus
1 c. à soupe de vinaigre
1 échalote

Cuire l'échalote dans le vinaigre, poivrer un peu, mettre refroidir. Battre les jaunes d'oeufs et quand ils sont pâles, ajouter le vinaigre. Au bain-marie, préparer une sauce avec le beurre, la farine et le consommé, ajouter les jaunes d'oeufs et retirer du feu. Brasser sans laisser cuire, jusqu'à liaison parfaite. Servir chaud ou froid.

BEURRE MANIE

2 c. à soupe de beurre
¼ c. à thé de poivre

A l'aide d'une fourchette, fouetter le beurre et le poivre jusqu'à ce qu'ils prennent consistance de crème épaisse. Servir dans une saucière pour accompagner des asperges fraîches ou du brocoli.

COURT-BOUILLON

1 carotte
1 oignon
2 branches de céleri
2 branches de persil
1 feuille de laurier
1 c. à soupe de sel
4 poivres ronds

Trancher les légumes ou les passer au hache-viande si c'est plus commode. Mettre ¼ de tasse de vinaigre par pinte d'eau employée. Il faut assez d'eau pour couvrir le poisson. Mettre tous les ingrédients dans l'eau et cuire 30 minutes avant d'y ajouter le poisson. Le poisson cuit dans un bain de ce genre a bien meilleur goût que s'il était simplement cuit dans l'eau. Servir le poisson avec une sauce dans laquelle on a employé ce bouillon au lieu du liquide indiqué dans la recette.

SAUCE CRÉOLE

¼ tasse de beurre ou graisse
½ tasse d'oignon
1 gousse d'ail
½ tasse de piment vert
2 tasses de tomate en conserve
1 c. à thé de sel
1 c. à thé de persil
¼ c. à thé de paprika
½ tasse de céleri
½ tasse de champignons

Hacher les légumes à part les tomates; faire revenir dans le beurre ou la graisse oignon, piment, ail, céleri et champignons. Enlever l'ail et ajouter les autres ingrédients. Laisser mijoter 15 minutes. Servir sur du poisson cuit au four. Omettre l'ail à volonté et les champignons s'ils sont rares ou chers. Cette sauce est aussi délicieuse pour fourrer une omelette.

Les Légumes



Les légumes, nous le savons maintenant, apportent à l'organisme une bonne partie des vitamines et des sels minéraux dont il a besoin.

Mange-t-on assez de légumes chez nous ?

Chaque maîtresse de maison peut ici faire son examen de conscience en se rappelant que ses convives mangeront des légumes si elle les sert d'un façon appétissante et assez variée. Est-il besoin de répéter ici que la plupart des vitamines sont solubles dans l'eau et qu'il faut absolument faire servir l'eau de cuisson des légumes dans des potages ou des sauces. Autrement les précieuses vitamines, sans parler des sels minéraux, prendront le chemin de l'égout et tout le monde s'en trouvera plus mal parce que plus pauvre.

ARTICHAUTS

Laver à grande eau. Avec des ciseaux couper le bout des feuilles. Mettre à l'eau bouillante salée, sans couvercle, avec 1 c. à thé de farine Five Roses et 1 c. à thé d'huile à salade. Quand une aiguille à tricoter peut traverser le fond (après environ 40 minutes de cuisson) retourner l'artichaut pour l'égoutter. Ecarter légèrement les feuilles et enlever le milieu — le foin — avec une cuiller à thé. Remplir la cavité ainsi obtenue avec une sauce au choix: hollandaise, sauce persil, beurre manié, etc.

ASPERGES

Mettre les asperges sous l'eau froide, ½ heure pour qu'elles soient fermes une fois cuites. Les peler jusqu'à la moitié, les mettre cuire à l'eau bouillante salée. Elles sont cuites quant elles fléchissent sous le doigt. Servir avec une sauce hollandaise ou un beurre manié.

ASPERGES MILANAISES

1 boîte d'asperges — **2 c. à thé de beurre**
½ tasse de fromage râpé

Ouvrir la boîte d'asperges et les mettre chauffer dans la boîte avec leur jus. Dans un plat de verre allant au four placer un rang d'asperges, un rang de fromage et ainsi de suite. Arroser avec le beurre fondu et mettre dorer au four. Servir immédiatement.

AUBERGINES

1 aubergine	**1 oeuf**
miettes de biscuits ou de pain	**sel**

Couper l'aubergine en tranches de ½ pouce, peler et saler chaque tranche. Empiler les tranches, mettre dessus une assiette et laisser reposer 2 heures. Le sel va enlever le goût amer. Une demi-heure avant le repas, assécher chaque tranche d'aubergine. Passer dans l'oeuf battu et dans les miettes, frire. Egoutter sur serviettes de papier, servir très chaud et croustillant.

BETTERAVES

Laver, couper les tiges pour en laisser 1 pouce. Cuire rondes dans l'eau bouillante, les jeunes durant 30 minutes, les autres de 1 à 1½ heure. Egoutter, mettre à l'eau froide 1 minute, peler. Servir avec beurre, sel et poivre.

BETTERAVES AU BEURRE

Peler de jeunes betteraves, les râper. Mettre au feu avec un morceau de beurre et quelques gouttes d'eau, cuire seulement une dizaine de minutes. Le jus sert de sauce.

BROCOLI

Laver le brocoli, le laisser tremper dans l'eau froide avec un peu de vinaigre. Peler le tronc, mettre cuire à l'eau salée bouillante — sans couvercle — 25 minutes environ. Le tronc doit être tendre; Egoutter avec précautions et dresser le brocoli dans un plat sans casser les branches. Couvrir les fleurs avec une sauce blanche ou un beurre manié.

CAROTTES

Laver et gratter, couper à volonté. Cuire à l'eau bouillante salée, de 15 à 20 minutes un légume jeune, 30 minutes ou plus les autres. Servir avec beurre, sel et poivre.

CAROTTES FARCIES

Laver et gratter de belles grosses carottes, cuire à l'eau bouillante salée jusqu'à pouvoir facilement les percer à la fourchette. Egoutter, couper à bonne longueur et creuser. Dans chaque cavité placer un rien de beurre et des petits pois verts déjà cuits. Saler et poivrer, garder au chaud jusqu'au moment de les arranger autour d'un plat de viande rôtie.

CHAMPIGNONS

Prendre des champignons frais et bien ronds, les laver sans les peler. Mettre dans une poêle avec 1 c. à thé de beurre, sel et poivre; couvrir et cuire de 8 à 10 minutes, pas plus.

CHAMPIGNONS CREME

Une boîte de ½ livre sert 3 ou 4 personnes. Laver, émincer les champignons. Mettre au feu avec 1 c. à thé de beurre, sel et poivre; couvrir. Cuire à feu doux jusqu'à ce que les champignons rendent leur eau et l'absorbent à nouveau (environ 5 minutes). Une marmite de verre facilite la surveillance. Dans le beurre qui reste mettre 1 c. à thé de farine Five Roses, ajouter ½ tasse de lait ou de crême. Brasser et laisser cuire 2 minutes. Servir sur toasts ou garnir d'un peu de fromage râpé et mettre dorer sous la flamme.

CHOU SEPT MINUTES

Enlever les premières feuilles, couper le chou par quartiers et trancher aussi fin que possible. Avoir prête une grande marmite d'eau bouillante, salée en raison d'une cuillerée à thé de sel pour chaque pinte d'eau. Laisser tomber le chou dans l'eau bouillante un peu à la fois pour ne pas arrêter l'ébullition. Laisser bouillir sans couvercle exactement 7 minutes. Egoutter dans une passoire, remettre dans la marmite vidée de son eau, ajouter du beurre et remuer au-dessus de la chaleur juste assez pour que le chou soit très chaud. Servir. Le chou cuit de cette façon n'est pas indigeste.

CHOU-FLEUR

Choisir une tête bien blanche avec feuilles vertes. Enlever les feuilles, couper la tige et mettre tremper tête en bas dans l'eau salée 30 minutes. Cuire à la vapeur, ou à l'eau bouillante salée, une vingtaine de minutes. Si le chou est défait le cuire seulement 12 à 15 minutes. Servir avec beurre, sel et poivre ou avec une sauce blanche.

CHOUX DE BRUXELLES

Enlever les feuilles fanées, couper les tiges, mettre tremper à l'eau froide salée 15 minutes. Egoutter, cuire à l'eau bouillante 15 à 20 minutes. Servir avec beurre, sel et poivre.

EPINARDS

Enlever les racines, les tiges dures et les feuilles fanées. Laver avec soin, dans plusieurs eaux, en passant les épinards d'une marmite pleine d'eau froide à une autre jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de sable au fond de l'eau. Cuire les épinards, avec seulement l'eau qui reste dans les feuilles, durant 10 à 12 minutes. Servir avec beurre, sel et poivre ou avec une sauce blanche.

HARICOTS VERTS OU JAUNES

Prendre des haricots avec le moins de fils possible. Enlever les bouts et les fils, couper sur la longueur avec un couteau bien tranchant ou des ciseaux. Ficeler en portions. Laver, cuire à l'eau bouillante 20 à 30 minutes ou jusqu'à ce que le légume soit tendre. Egoutter, ajouter sel et poivre, un peu de beurre, placer sur le plat et couper les ficelles.

NAVET SOUFFLE

2 c. à soupe de beurre
¼ c. à soupe d'oignon haché
4 tasses de navet jaune pilé
½ c. à thé de sel
1 c. à soupe de sucre
pincée de poivre
pincée de paprika (au goût)
2 jaunes d'oeufs
2 blancs d'oeufs

Mettre dorer l'oignon dans le beurre, ajouter le navet, sel et poivre, le sucre et le paprika; mélanger. Ajouter les jaunes d'oeufs battus puis les blancs battus en neige ferme. Verser dans un plat beurré allant au four, cuire 20 à 25 minutes à 375°F.

OIGNONS FARCIS

Peler les oignons, enlever une partie de la racine seulement pour que le légume ne se défasse pas. Mettre à l'eau froide et laisser bouillir doucement 15 minutes. Egoutter, creuser au centre avec une cuiller à thé. Hacher la partie enlevée, l'ajouter à la farce. Préparer la farce, remplir les oignons. Placer dans un plat allant au four, garnir de lard salé, bacon ou beurre, arroser avec un peu de l'eau de cuisson et cuire environ 1 heure.

Farcir les oignons avec: de la viande de saucisse à laquelle on a ajouté sel et poivre, un peu de sauge et des miettes de pain.

Un mélange de miettes de pain, fromage râpé, sel et poivre, oeufs cuits dur, un peu de persil et le coeur des oignons.

Un mélange de viande cuite hâchée et bien assaisonnée, de persil et de miettes bien beurrées.

PANAIS

Laver et gratter les panais, laisser entiers ou couper à volonté. Cuire à l'eau bouillante salée 30 minutes environ. Servir avec beurre, sel et poivre, ou avec une sauce blanche.

PANAIS EN BEIGNETS

Piler des panais cuits, saler et poivrer. ajouter un peu de beurre. Mouler en galettes, passer à la farine et rôtir dans le beurre

PATATES GLACEES

6 patates sucrées
1 tasse de sucre d'érable
¼ tasse d'eau
sel et poivre

Laver les patates sucrées, les mettre cuire à l'eau bouillante 30 à 35 minutes. Egoutter, peler. Cuire ensemble l'eau et le sucre d'érable — à défaut de sucre d'érable prendre de la cassonade — couper les patates en deux, les trember dans le sirop, les placer dans un plat beurré allant au four. Saler et poivrer, garnir d'un peu de beurre, arroser avec le reste du sirop et mettre brunir à four chaud. (400°-450° F.)

POIS VERTS

Ecosser les pois à la toute dernière minute. Cuire jusqu'à ce qu'ils soient tendres, 15 à 20 minutes, dans aussi peu d'eau que possible. Egoutter, servir avec sel et poivre, beurre. Certaines cuisinières mettent dans l'eau une branche de menthe pour chaque 2 tasses de pois tandis que d'autres mettent 1 c. à thé de sucre.

Les cosses de pois mises à sécher au four sont excellentes pour donner goût et couleur au pot au feu.

POMMES DE TERRE A LA MAITRE D'HOTEL

Petites pommes de terre	**jus de ½ citron**
2 c. à thé de beurre	**persil hâché**

Mélanger le beurre, le jus de citron et le persil hâché fin, verser sur les pommes de terre bien chaudes, tourner et servir.

POMMES DE TERRE FARCIES

6 grosses pommes de terre	**1 oignon haché fin**
2 tasses de viande cuite hâchée	**1 c. à soupe de graisse de rôti**

Peler et vider les pommes de terre crues de façon à avoir des coquille assez profondes mais solides. Faire revenir l'oignon dans la graisse de rôti, l'ajouter à la viande, saler et poivrer et remplir les pommes de terre de ce mélange. Faire chauffer la graisse dans une marmite assez grande, y mettre les pommes de terre et ajouter des tomates. Couvrir et laisser cuire environ 40 minutes ou le temps que les pommes de terre soient tendres. On peut mettre ce plat au four à condition qu'il soit couvert.

POMMES FARCIES EN ROBE DES CHAMPS

Prendre de belles pommes de terre, les brosser, les mettre cuire au four de 30 à 60 minutes. (475° 500° F). Elles sont cuites quand elles sont molles si on y touche avec la main enveloppée dans une serviette. Peler le dessus des pommes de terre, les vider, piler la chair en y ajoutant comme d'habitude: sel et poivre, beurre et lait bouillant. Remplir les pelures de ce mélange et mettre dorer au four.

On peut garnir chaque pomme de terre d'un bout de saucisse cuite au préalable, d'un oeuf, d'une cuillerée de légumes à la sauce blanche ou simplement d'un peu de fromage.

POMMES SOUFFLEES

A 2 tasses de pommes de terre pilées, ajouter 2 c. à soupe de beurre. Mélanger puis ajouter 2 oeufs battus, ¾ tasse de lait ou de crème, du sel au goût. Verser dans un plat beurré profond allant au four et mettre dorer à four chaud.

TOMATES

Pour peler facilement les tomates, les plonger 1 minute dans l'eau bouillante. Enlever la partie dure à la tige, peler et mettre au froid.

TOPINAMBOUR

Laver et peler. Cuire entiers ou trancher et cuire à l'eau salée bouillante de 15 à 35 minutes. Servir avec sel et poivre, beurre et persil. Une cuisson trop prolongée durcit le légume.

Salades et Sauces à Salades



On mange des salades parce que c'est bon. Bon au goût et bon pour la santé. Mais pour qu'une salade soit appétissante et savoureuse il faudra suivre certaines règles que voici:

1. Bien laver et nettoyer les légumes crus autant pour des raisons de santé que pour le goût et l'apparence.

2. Servir bien froid, les légumes crus étant bien croustillants. La laitue, les légumes qui seraient un peu fanés, reprendront vigueur si, une fois bien lavés, ils sont mis à la glacière encore mouillés, soit enveloppés dans un sac à cet effet, soit mis dans un plat couvert.

3. Ne rien gaspiller. Ainsi les grandes feuilles de laitue seront taillées en ruban, les premières branches de céleri hâchées finement; sans oublier les feuilles dont la saveur piquante rehausse le goût de la salade.

4. Couper les ingrédients en petits morceaux uniformes: pas trop gros pour que la sauce puisse les pénétrer, ni trop petits parce que le plat paraîtrait moins bien. Défaire le poisson en flocons, couper la viande en dés après les avoir débarrassés de la peau, des os et du gras qui pourraient y adhérer.

5. Attendre à la dernière minute avant de mettre la vinaigrette ou la mayonnaise sur la laitue et autres crudités. Autrement tout serait fané et bien moins appétissant.

6. Laisser mariner quelque temps la viande, le poisson ou les légumes cuits qui entrent dans une salade; ils auront meilleur goût.

7. A moins que la recette commande le contraire, combiner les ingrédients seulement à la dernière minute. Quand tout est prêt déjà, il faut seulement un moment pour disposer avec art, sur un plat ou dans les assiettes, ce qui constitue la salade. Une salade qui attend prend vite un air d'orphelin délaissé.

8. Faire en sorte que la salade soit aussi bonne à regarder qu'à manger. Ne jamais tout mêler au petit bonheur.

9. Varier les salades et puis varier leurs variations en changeant fréquemment de sauce à salade.

10. Trouver les salades les plus populaires auprès de l'élément masculin et les servir fréquemment. Généralement les hommes ne mangent pas assez de légumes verts et de crudités.

SALADE VITAMINES

Prendre à parties égales de la laitue et des épinards. Laver à fond. Rouler les feuilles; avec un couteau bien aiguisé les trancher aussi finement que possible. Ajouter des tranches minces d'échalotes. Mélanger avec un peu de sauce vinaigrette. Placer en portions généreuses sur les assiettes avec au milieu une cuillerée à soupe comble de fromage blanc. Garnir de sauce à salade et saupoudrer de paprika.

POMMES DE TERRE EN SALADE

Couper en dés 5 tasses de pommes de terre (cuites avec la pelure de préférence). Tandis que c'est encore chaud ajouter 4 c. à soupe de vinaigre, 1 c. à thé de sel, ½ c. à thé de paprika, 1 petit oignon finement hâché et ½ tasse de crème épaisse. Au moment de servir, à l'aide de deux fourchettes d'argent, ajouter 2 c. à soupe de persil hâché. Varier au besoin la quantité de crème.

SALADE AUX TOMATES ET AUX OEUFS

Trancher des tomates bien mûres, les arranger sur un lit de laitue. Compter 1 oeuf cuit dur par tomate. Ecraser le jaune, l'assaisonner avec sel et poivre, jus d'oignon, etc. Saupoudrer sur les tranches de tomates. Par-dessus saupoudrer les blancs hachés et bien assaisonnés. Servir très froid avec une sauce mayonnaise.

TOMATES FARCIES

Prendre des tomates de même grosseur, les creuser; farcir avec un mélange à salade: concombres tranchés avec du céleri haché et la chair des tomates, le tout bien mouillé de mayonnaise; céleri haché et noix liés avec de la mayonnaise; une salade de chou; du poulet ou du veau coupés en dés, bien assaisonnés et liés avec une bonne mayonnaise.

SALADE FLEUR DE TOMATE

Peler les tomates, pratiquer des incisions comme pour les couper en huit mais sans aller jusqu'au fond; ouvrir comme une fleur, garnir le coeur avec des petits pois verts marinés dans une sauce vinaigrette ou du fromage blanc bien assaisonné. Pour le coup d'oeil ajouter à la mayonnaise ou à la sauce qui va accompagner la salade, du piment vert hâché.

GELEE DE TOMATE

2 tasses de tomate en boîte
3 clous de girofle
1 feuille de laurier
1 tranche d'oignon
2 branches de céleri avec leurs feuilles
½ c. à thé de thym
pincée de marjolaine
1 c. à thé de sel
1 c. à thé de sucre
pincée de poivre
1 enveloppe de gélatine

Mettre amollir la gélatine dans ¼ tasse d'eau froide. Mettre les autres ingrédients au feu et laisser mijoter le temps que les tomates deviennent molles. Retirer du feu, ajouter la gélatine, mélanger. Couler et verser dans des moules.

La gelée de tomate est surtout précieuse en hiver, quand les légumes frais sont rares et chers. Il y a mille manières de la présenter. Par exemple: ajouter 1 tasse de légumes coupés en dés et verser dans des moules individuels ou un grand moule. Garnir des moules individuels avec une tranche d'oeuf cuit dur, recouvrir de gelée; servir sur de la belle laitue garnie d'olives noires. Couper en carrés la gelée prise dans un grand moule, en garnir des assiettes de viande froide. Mettre prendre dans un moule en forme de couronne et remplir le milieu avec de la salade de chou, des légumes, de la viande ou du poisson coupés en dés, etc.

SALADE DE CHOU

Le chou cru est riche en vitamines et même en hiver il est à la portée de toutes les bourses. Dans bien des cas il peut remplacer la laitue hors de prix. Mais pour que la salade de chou soit appréciée, il faut qu'elle soit bien croquante. Le chou sera, mis à tremper à l'eau froide ou rincé, enveloppé et mis à la glacière pour reprendre sa fraîcheur. Ensuite il faut le hacher très fin à l'aide d'un couteau bien aiguisé et mettre de côté les parties trop dures.

Le chou haché en fines lanières se marie bien avec du céleri, des noix, des pommes ou des oignons, des carottes et des pois verts, du saumon en boîte. Lier la salade avec une bonne sauce mayonnaise.

SALADE DE POULET

2 tasses de volaille coupée en dés
¾ tasse de céleri hâché fin
sel et poivre
1 oeuf cuit dur
¾ tasse de mayonnaise
4 olives

Mélanger et laisser reposer 1 heure. Servir sur des feuilles de laitue avec garniture de céleri, olives et mayonnaise. La dinde ou même le veau peuvent remplacer le poulet.

SAUMON EN GELEE

1 c. à soupe de gélatine
¼ tasse d'eau froide
½ tasse de céleri hâché
¾ tasse de sauce à salade (cuite)
1 tasse de saumon défait en flocons
quelques olives farcies
sel et poivre

Mettre amollir la gélatine dans l'eau froide, puis fondre au-dessus de l'eau chaude; l'ajouter à la sauce à salade. Ajouter les autres ingrédients, les olives étant coupées en tranches. Verser dans un joli moule et mettre prendre. Servir sur de la laitue.

POULET EN GELEE

Procéder comme pour la recette précédente en remplaçant le saumon par du poulet, de la dinde ou du veau froids. Décorer avec des olives farcies ou des radis taillés en roses.

CHOU EN GELEE

1 paquet de gelée au citron
1½ tasse d'eau bouillante
½ tasse de vinaigre
1½ tasse de chou taillé fin
⅓ tasse de céleri haché
12 olives farcies
2 c. à soupe d'oignon haché
sel et poivre

Faire fondre la gelée dans l'eau bouillante, mettre refroidir, ajouter le vinaigre quand c'est tiède, les autres ingrédients quand le mélange va prendre. Verser dans un moule rincé à l'eau froide. Laisser prendre et servir sur des feuilles de laitue ou de chou.

GALANTINE DE TOMATE ET FROMAGE

1 boîte de soupe tomate
½ livre (3 paquets) de fromage à la crème
1 c. à soupe de gélatine
½ tasse d'eau froide
1 tasse de mayonnaise
1 tasse de légumes cuits hachés fin

Chauffer la soupe, la retirer du feu; ajouter le fromage et mélanger à fond. Mettre amollir la gélatine dans l'eau froide, l'ajouter à la soupe chaude, brasser pour la faire dissoudre, mettre refroidir. Ajouter les légumes hâches — céleri, oignon, piment, etc., et verser dans un moule de 8 x 8. Laisser prendre, couper en carrés et servir sur de la laitue coupée en rubans.

SALADE EN SANDWICH

1 pain à sandwich
½ tasse de beurre
3 tasses de salade (poulet ou légumes)
laitue
mayonnaise ou fromage à la crème

Enlever les croûtes et couper le pain en 4 tranches sur la longueur. Défaire le beurre en crème, l'étendre sur les deux côtés de 2 tranches et sur un seul côté des tranches qui restent. Sur la tranche de dessous, placer sur le beurre un rang de salade et de laitue. Couvrir d'une tranche de pain beurrée des deux côtés, d'un

autre rang de salade et de laitue, et ainsi de suite. Mettre un objet un peu pesant sur le pain pour que les tranches collent. Garnir toute la surface du pain de mayonnaise ou de fromage à la crème brassé avec un peu de crème et de mayonnaise. Décorer et servir en tranches d'un pouce.

On peut préparer de la même façon des portions individuelles — rondes ou carrées —. On peut aussi varier les couleurs de l'intérieur par exemple en employant un rang de jambon, un de laitue bien verte et un autre de tranches de tomates ou de betteraves marinées.

SALADE BOUGEOIR

1 feuille de laitue
1 tranche d'ananas
1 banane
1 c. à soupe de mayonnaise
½ noix du Brésil
1 lanière de piment vert ou de belle angélique

Chaque portion exige les ingrédients mentionnés. Placer la laitue bien croquante sur une assiette et l'ananas au milieu. Tailler un bout de la banane pour qu'elle entre dans la tranche d'ananas, solide et droite. Placer le piment ou la belle angélique comme poignée du bougeoir, la noix en haut de la banane comme une flamme. Garnir de la mayonnaise versée sur la banane comme la cire qui coule mais de façon à ce que la noix soit sèche. Au moment de servir allumer la noix; grâce à l'huile qu'elle contient elle va brûler un moment. Cette façon de servir les fruits enchante toujours les petits surtout vers la Noel.

SALADES AUX FRUITS

Un mélange de:
- **Pommes coupées en dés, dattes et noix de coco râpée.**
- **Pommes hachées, céleri, noix et mayonnaise. En saison servir sur tranches de tomates.**
- **Ananas, bananes, oranges et bouchées de pâte de guimauve**
- **Ananas, noix et fromage blanc**
- **Pruneaux et fromage blanc saupoudré de paprika**

SAUCES A SALADE

SAUCE VINAIGRETTE

¼ c. à thé de poivre
½ c. à thé de sel
⅛ c. à thé de paprika
2 c. à soupe de jus de citron ou de vinaigre
¼ c. à thé de sucre
4 c. à soupe d'huile d'olive

Mettre les ingrédients dans un pot à confiture, fermer solidement et agiter.

MAYONNAISE A L'HUILE

¼ c. à thé de moutarde
½ c. à thé de sel
poivre au goût
1 jaune d'oeuf
2 c. à soupe de vinaigre ou de jus de citron
1 tasse d'huile à salade

Mélanger la moutarde, le sel et le poivre, ajouter au jaune d'oeuf battu. Ajouter 1 c. à soupe de vinaigre ou de jus de citron, puis l'huile, quelques gouttes à la fois, en battant constamment avec le batteur d'oeufs. Quand le mélange épaissit, ajouter l'huile en plus grande quantité. Enfin, ajouter ce qui reste de vinaigre ou de jus de citron.

MAYONNAISE CUITE

2 c. à soupe de farine Five Roses
2 c. à soupe de sucre
1½ c. à thé de moutarde anglaise
1 c. à thé de sel
2 à 3 jaunes d'oeufs
½ tasse de lait évaporé
¼ tasse de lait riche ou de crème
½ tasse de vinaigre doux
2 c. à soupe de beurre

Mélanger la farine, le sucre, la moutarde, le sel puis les jaunes d'oeufs et le lait évaporé dans un bain-marie. Cuire sur l'eau bouillante en brassant constamment jusqu'à ce que le mélange soit chaud; ajouter la crème et le vinaigre alternativement, quelques gouttes à la fois. Brasser et battre le mélange pendant la cuisson, jusqu'à ce qu'il soit épais et lisse. Retirer du feu, ajouter le beurre et brasser. Quand le beurre est fondu, couler la mayonnaise, la mettre dans des pots stérilisés. Eclaircir avec de la crème au besoin.

MAYONNAISE

½ c. à thé de sel fin
¼ c. à thé de poivre
1 c. à thé de moutarde française
1 c. à dessert de vinaigre
1 à 2 tasses d'huile
1 ou 2 jaunes d'oeufs
1 c. à soupe d'eau bouillante

Avec la cuiller de bois, tourner dans un bol, sel, poivre et jaunes d'oeufs. Goutte à goutte ajouter de l'huile, toujours en tournant; (Environ 2 c. à soupe). Ajouter la moutarde et la moitié du vinaigre. Continuer à tourner et à ajouter de l'huile, ajouter le reste du vinaigre et le reste de l'huile peu à peu. Ajouter 1 c. à soupe d'eau bouillante, bien tourner. La mayonnaise ainsi préparée va se garder des semaines sans se séparer.

SAUCE MOUTARDE

½ c. à thé de sel
¼ c. à thé de poivre
½ c. à thé de moutarde française
jus ½ citron
3 c. à soupe de crème

Mélanger le tout, laisser reposer dans la glacière. Cette sauce est épaisse. Varier en ajoutant quelques gouttes de sauce Worcestershire, un peu de sauce d'anchois ou des cornichons hachés. Changer la couleur en ajoutant du jus de tomate ou de la ciboulette hachée très fin.

Sandwichs, etc.



De nos jours, un sandwich c'est bien plus qu'une tranche de viande entre deux morceaux de pain, ou c'est autre chose. Il y en a de substantiels, qui constituent presque un repas; il y en a de mignons et jolis comme s'ils étaient à l'intention de quelque princesse de contes de fées. Une maîtresse de maison qui se respecte voudra savoir préparer tous les genres afin d'être à l'aise quand il s'agit d'un pique-nique et aussi quand c'est le moment de préparer un goûter délicat à l'intention d'un hôte de marque.

On remarquera vite que les sandwichs préparés avec du pain fait avec la farine Five Roses restent frais plus longtemps.

SANDWICHS EN RUBAN

Prendre 3 tranches de pain de couleurs différentes: par exemple 2 tranches de pain brun et 1 tranche de pain blanc ou vice versa. Avoir les tranches à un quart de pouce d'épaisseur et, après avoir enlevé les croutes, enduire de beurre mou ou d'une bonne préparation à sandwich. Placer les tranches les unes sur les autres en alternant les couleurs. Envelopper dans un linge humide, au besoin placer sous presse. Au moment de servir, couper les petits cubes multicolores en tranches d'un quart de pouce. L'effet est particulièrement joli quand on emploie du pain de couleurs de fantaisie.

SANDWICHS ROULES

Couper un pain en tranches minces, enlever toutes les croûtes. Si le pain n'est pas frais envelopper la mie dans un linge humide durant 1 heure. S'installer sur un linge humide; beurrer quelques tranches de pain, les garnir de fromage fort râpé et, en s'aidant du linge humide, les rouler serré. Placer les rouleaux tassés les uns sur les autres dans une lèchefrite. Envelopper d'un linge humide. Au moment de servir, faire griller au four. On peut mettre plusieurs rangs dans la même lèchefrite, à condition de n'en laisser qu'un seul quand il s'agit de griller le sandwich.

S'il reste de ces sandwichs après une réception, les remettre chauffer et servir avec un bon potage au repas suivant.

A part le fromage, les asperges et le cresson font de bons sandwichs roulés. Avec l'asperge il faut un peu de mayonnaise. Quant au cresson il s'accomode fort bien de fromage blanc ou de fromage à la crème. On prendra soin qu'il dépasse à chaque bout un peu de cresson, c'est plus joli. Le sandwich roulé sur une asperge peut se griller mais pas l'autre au cresson.

Pour un sandwich sucré on peut enduire le pain de beurre mou, puis de gelée ou de marmelade.

Si les rouleaux ne veulent pas tenir, on peut toujours les piquer d'un cure-dent qu'il faudra enlever avant de servir. Mais avec l'habitude, les sandwichs roulés se font en un tour de main et sans difficulté aucune.

SANDWICHS ROULÈS (II)

Prendre un pain à sandwich, enlever toutes les croûtes, le trancher très mince sur le travers afin d'avoir de longues tranches. Il faut un couteau bien aiguisé. Enduire chaque tranche de beurre et d'un remplissage savoureux. Rouler chaque tranche comme un gâteau roulé en s'aidant d'un linge humide comme pour les petits sandwichs roulés (I). L'effet sera plus joli si on commence à rouler soit sur un long cornichon ou sur des olives farcies mises côte à côte sur la largeur de la tranche de pain. De cette façon, quand les rouleaux sont coupés au moment de servir, il y a au centre une tranche d'olive ou de cornichon ce qui fait très décoratif.

On peut aussi enduire chaque rouleau de fromage à la crème, puis le rouler dans du persil hâché ou de la ciboulette coupée finement.

Dans chaque cas, il faut que le remplissage soit mou et se beurre facilement pour ne pas endommager le pain. A mesure qu'un rouleau est prêt, le placer dans une lèchefrite, sur un linge humide qu'on ramènera par-dessus. Au moment de servir couper en tranches minces et disposer dans des assiettes.

CANAPES

Quand un sandwich est ouvert, on l'appelle ordinairement canapé. Dans ce cas, les tranches de pain sont découpées à l'emporte-pièce pour avoir toutes sortes de formes de fantaisie. Le remplissage est le même que pour un sandwich mais la décoration doit être soignée. Ainsi le jambon épicé sera garni d'olives hachées, la pâte d'anchois entourée d'oeuf dur râpé, le fromage à la crème décorée de lanières de piment, etc., etc.

VOICI QUELQUES SUGGESTIONS DE REMPLISSAGE

1. Céleri haché avec oeufs cuits dur et mayonnaise.
2. Oeufs durs, noix de grenoble hachées et mayonnaise.
3. Sur du pain blanc — ou du pain brun, du fromage à la crème, des noix hâchées, une feuille de laitue avec ou sans mayonnaise.
4. Sur du pain blanc — ou du pain brun, un mélange de céleri haché et d'olives.
5. Du poulet hâché fin, amalgamé avec du beurre et un peu de crème. Bien assaisonner.

6. Un mélange de fèves au lard pilées, de céleri hâché et de mayonnaise, sur pain blanc ou brun.
7. A partie égales, jambon et poulet finement hâchés, assaisonnés de cari.
8. Boeuf et cornichons hâchés.
9. Sardines et jus de citron.
10. Pain de viande avec sauce tomate
11. Fromage blanc avec olives hachées.
12. Pâte d'écrevisse avec mayonnaise et feuilles de céleri.
13. Veau froid et sauce tomate.
14. Une tasse de poulet froid, 3 olives, 1 cornichon sucré ou non. Couper finement et mouiller de mayonnaise.
15. Thon, céleri et mayonnaise.
16. Foie et bacon finement hâchés.
17. Une couche mince de raifort râpé, recouverte d'une tranche de rosbif et d'une tranche de tomate.

(Les feuilles de céleri, hâchées finement, donnent bien plus de saveur au sandwich que le céleri en plus de se bourrer tellement plus facilement. On les emploiera chaque fois que c'est possible.)

REMPLISSAGES SUCRES

1. Dattes hachées, citron confit en fines lanières et cannelle.
2. Pruneaux et noix de grenoble hachées. Peut-être mouillées de jus de citron.
3. Figues coupées par morceaux sur pain beurré ou fromage à la crème.
4. Raisin haché, mouillé de mayonnaise. Raisin et noix.
5. Un mélange de 2. c. à soupe de sucre, 2 c. à soupe de cacao, 1 c. à soupe d'eau bouillante. Brasser pour que ce soit bien lisse, ajouter des noix hachées.
6. Cerises, amandes et noix de coco.
7. Dattes hachées et fromage à la crème.
8. Beurre d'arachide et confiture aux framboises.
9. Sucre d'érable et noix hachées.
10. Sur du pain brun — aux noix, à l'orange ou aux dattes, placer de la confiture d'abricot ou de pêches, ou encore du fromage blanc ou à la crème.
11. Tailler du pain aux dattes — aux noix ou pain blanc, en rondelles minces. Couvrir de sucre au chocolat encore chaud. Laisser reposer un moment avant de poser la rondelle du dessus. Enduire le dessus d'un peu de beurre mou et saupoudrer de noix hachées.
12. Préparer des sandwichs de pain aux dattes avec un remplissage sucré. Laisser tomber un peu de glace molle sur le dessus de chaque sandwich, y planter un biscuit en forme d'animal. Ces sandwichs ont un succès fou auprès des enfants.

SANDWICHS CHAUDS

Pour un sandwich chaud le pain est d'abord grillé, ou tout le sandwich est ensuite passé dans la poêle ou mis au four.

SANDWICH À LA MODE DE L'OUEST

1 petit oignon
2 c. à soupe de beurre
½ tasse de jambon haché
4 oeufs

Hacher finement l'oignon, le faire revenir dans le beurre, cuire durant 2 minutes. Ajouter le jambon et les oeufs. Brasser et laisser cuire jusqu'à ce que les oeufs prennent. Saler et poivrer. Placer entre deux tranches de pain grillé et beurré. Servir très chaud.

SANDWICH AU ROSBIF

Tailler des tranches minces de rosbif saignant, les réchauffer dans la sauce qui reste, mais sans bouillir. Placer sur des tranches de pain beurré, grillées sur un seul côté. Saupoudrer de sel, poivre et raifort. Recouvrir d'une deuxième tranche de pain grillé et servir avec la sauce chaude. On peut garnir de tranches d'oignon blanc.

SANDWICH DE FROMAGE GRILLE

½ tasse de fromage fort râpé
1 oeuf bien battu
¼ c. à thé de moutarde
1 c. à thé de sauce Worcestershire
¼ c. à thé de sel
tranches de bacon
tranches de pain

Mélanger le fromage, l'oeuf et les assaisonnements. Recouvrir de ce mélange des tranches de pain de ½ pouce d'épaisseur. Placer une tranche de bacon sur chaque morceau de pain et griller à four vif, le temps de cuire le bacon. Servir avec une salade: laitue, romaine, chicorée.

PETITS PAINS CHAUDS EN SANDWICHS

Pour varier, on peut faire des sandwichs avec des petits pains au lieu de tranches de pain ou de pain grillé. C'est particulièrement bon fourré de poulet froid et de laitue bien verte et croustillante.

SANDWICH DELICIEUX POUR L'ETE

Prendre des muffins de la veille, les trancher mince, les beurrer de fromage à la crème. Décorer avec des noix ou des fruits confits et servir en guise de gâteau avec des fruits frais ou en compote.

SANDWICH DORE

Préparer des sandwichs fourrés d'un mélange à saveur piquante. Tremper les sandwichs tout prêts dans un mélange de lait et d'oeuf battu. Dorer dans la poêle garnie de beurre fondu ou de bonne graisse. Garnir et servir très chaud.

PAIN DORE

2 oeufs
4 c. à soupe de lait
1 pincée de sel
5 tranches de pain
sucre au goût

Battre les oeufs, ajouter lait, sel et sucre. Tremper les tranches de pain dans ce mélange, une par une. Dorer dans la poêle ou à la grande friture. Servir tel quel ou arrosé de sirop d'érable ou garni de gelée quelconque.

TOAST MELBA

Prendre des tranches de pain blanc très minces, enlever les croûtes. Mettre dans un four lent (350°F.) jusqu'à ce que le pain soit bien doré, presque brun.

TOAST MELBA (II)

Préparer des toasts de pain blanc. A mesure qu'ils sont prêts, enlever les croûtes avec un couteau bien tranchant, très mince. Passer le couteau au beau milieu de chaque toast pour en faire deux avec une. C'est assez facile tandis que le pain est encore chaud. Gratter et enlever la mie qui s'empâte. Griller maintenant le côté du pain qui ne l'est pas et c'est fait. Il faut bien surveiller l'opération parce que le pain si mince brûle vite.

TOAST A LA CANNELLE

Prendre des tranches de pain épaisses d'un quart de pouce. Enlever les croûtes et tailler en bandes étroites. Mélanger ¼ tasse de beurre mou avec 3 c. à soupe de sucre et ½ c. à thé de cannelle. (Certaines personnes préfèrent la muscade.) Griller un côté du pain et enduire l'autre de mélange. Griller sous la flamme un moment ou, si c'est impossible, griller les deux côtés du pain avant de l'enduire du beurre épicé.

TOAST A LA CREME

Griller des tranches de pain d'un seul côté, les beurrer, les couper en bandes étroites. Placer dans un plat allant au four des tranches d'oeufs durs et les doigts de toast en alternant les rangs. Recouvrir de sauce blanche, garnir d'un peu de fromage râpé et mettre dorer au four un moment avant de servir très chaud.

CROUSTADES (ancienne mode)

Couper du pain sec en tranches de 2½ pouces d'épaisseur. Enlever les croûtes et creuser le milieu pour avoir une sorte de boîte carrée. (Les miettes serviront à préparer de la chapelure.) A l'aide d'un pinceau, enduire le fond et tous les côtés de beurre fondu, placer les croustades dans un four modéré (350°F.) et laisser brunir délicatement. Remplir d'un met à la sauce blanche et servir chaud. Si les croustades sont préparées d'avance, il faudra les réchauffer avant de les remplir.

CROUSTADES (nouvelle façon)

Prendre des tranches de pain blanc minces, enlever les croûtes. Disposer les tranches de pain dans des petits moules à gâteau, 3 par moule, et placées de biais pour que les pointes des 3 tranches de pain dépassent comme de longues oreilles. Mettre brunir à four modéré. Fourrer avec un plat à la sauce blanche. Si les croustades sont faites d'avance, les réchauffer avant de s'en servir. Si le pain dont on dispose n'est pas très frais, le trancher, enlever les croûtes et l'envelopper dans un linge humide pendant un certain temps pour pouvoir le mouler avec facilité.

CROUTONS

Beurrer parcimonieusement des tranches de pain sec. Couper le pain en gros dés qu'on mettra brunir au four dans une grande lèchefrite. On peut saupoudrer les croûtons de fromage avant de les mettre au four. Servir avec le potage.

CHAPELURE

Mettre fondre dans une poêle 1½ c. à soupe de beurre. Ajouter ⅛ de tasse de miettes de pain sec. Tourner et brasser à chaleur modérée jusqu'à ce que le beurre soit également distribué partout. Sert pour garnir les plats à la sauce blanche, macaronis, etc.

POUR AVOIR DU PAIN FRAIS

Rincer à l'eau froide *le dedans* d'un sac de papier brun, y placer 6 petits pains, brioches ou tranches de pain. (Jamais plus que 6 morceaux à la fois.) Tourner le bord du sac pour le fermer hermétiquement. Mettre le sac garni durant 15 minutes dans un four à 375°F. Servir immédiatement.



La Pâtisserie



La pâtisserie est assez facile à réussir. Quand une cuisinière novice se plaint qu'elle ne réussit pas ses tartes, c'est qu'elle ignore ou qu'elle néglige les règles fondamentales de la pâtisserie. La minute qu'elle en tiendra compte, elle réussira ses tartes comme un vétéran et la pâte sera légère et tendre.

Voici les règles en question:

Que les ingrédients soient aussi froids que possible.

Que le mélange soit fait avec précaution et légèreté dans le doigté.

Employer seulement la quantité d'eau indiquée.

Refroidir la pâte riche avant de la mettre cuire.

Cuire dans un four à la température indiquée pour le type de pâte.

La pâte feuilletée doit être mise dans un four chaud (500 à 550°F.). Il est bon de placer les assiettes assez bas dans le four. Laisser descendre le four à 375°F. du moment que la pâte aura complètement levé.

Les croûtes qui seront remplies après la cuisson ont besoin d'un four marquant 475 à 500°F. La règle vaut pour les tartelettes autant que pour les pâtés.

Les tartes remplies d'une crème patissière ou d'une garniture du même genre ont besoin d'une température de 450°F. pendant dix minutes avec seulement 325° pour le reste du temps de la cuisson.

Tartes et tartelettes constituent les plus populaires des desserts. Les maîtresses de maison ont depuis longtemps l'habitude de faire leurs tartes selon les recettes Five Roses, en employant la farine Five Roses tant pour la pâte que pour la crème qui garnira toutes ces friandises.



Quant aux tartes aux pommes et aux fruits en général, on compte 450° durant une dizaine de minutes et 325 à 350°F. le reste du temps qu'il faudra aux fruits pour être à point.

TYPES DE PATE

Les tartes se font soit avec une pâte brisée plus ou moins riche, soit avec une pâte feuilletée. Cette dernière sert à préparer des tartelettes de fantaisie, des coquilles, etc. Quant à la pâte brisée, elle est de deux types; un qui imite d'assez près la pâte feuilletée et l'autre croquant. La même recette, de pâte brisée donnera soit une pâte croquante, soit une pâte de type feuilleté selon le mode de préparation employé.

Dans une pâte croquante, tout le gras est incorporé à la farine et il en résulte une pâte ressemblant assez à une pâte à biscuits ou à galettes, une pâte tendre qui fond sous la dent.

Dans la pâte copiant la pâte feuilletée, à peu près la moitié du gras est incorporée dans la farine. La pâte est mélangée et roulée, puis le reste du gras, du beurre ordinairement, ou une graisse pour pâtisseries fines, est placé par tout petits morceaux sur la pâte roulée à grandeur. La pâte est alors pliée en trois et repliée une fois encore, roulée le manège recommence jusqu'à ce que tout le gras ait servi. Cette méthode donne une pâte légère, toute en flocons, qui ressemble étonnamment à la pâte feuilletée. C'est simple comme tout mais la cuisinière novice, qui n'a jamais fait de pâte de ce genre, ferait bien de regarder faire une personne expérimentée et de copier exactement sa façon de s'y prendre.

Il y a deux façons de préparer les délicieux desserts aux fraises avec crème fouettée. Dans certaines familles on garnit un gâteau tandis qu'ailleurs on préfère monter fraises et crème sur des rangs d'une pâte à faire des petits pains chauds. Mais du moment qu'il s'agit de crêpes, tout le monde est d'accord: il faut les arroser de sirop d'érable.

QUEL GRAS?

La qualité de la pâte dépend de la qualité et de la quantité de gras employé. La pâte feuilletée se fait au beurre. Quant aux autres pâtes, on les réussit très bien en employant une graisse à pâtisserie de bonne qualité ou du saindoux.

Dans une pâte ordinaire il entre une partie de gras pour trois de farine. Pour une pâte riche on mettra une fois de gras pour deux de farine. Mais attention: dans les pâtes aux pommes, par exemple, il est bon que la croûte d'en-dessous ne soit pas trop riche.

LIQUIDE

Certaines vieilles cuisinières assurent aussi que pour avoir une pâte délicate, il faut de l'eau douce. Dans une région où l'eau est dure, elles conseillent de faire bouillir de l'eau et de la laisser reposer au froid avant de s'en servir.

Le lait donne une pâte plus foncée et un peu différente.

CUISSON DE LA PATE

La cuisson de la pâte est au moins aussi délicate que la préparation proprement dite. Le four doit être assez chaud pour que la pâte lève vivement. Quand la pâte est levée, une chaleur plus douce lui permet de cuire sans trop brunir ni brûler. Un four trop chaud brûle, tout le monde sait cela, mais un four trop lent a l'inconvénient de laisser la pâte étendre, de la faire lourde et humide. En résumé il faut un four assez chaud pour que la farine de la pâte n'ait pas le temps de devenir huileuse et ensuite une température plus douce pour lui permettre de cuire à point sans brûler.

PATE CROQUANTE

1½ tasse de farine Five Roses
½ c. à thé de sel
½ c. à thé de poudre à pâte
½ tasse de graisse
⅓ tasse d'eau froide (environ)

Cette recette donne deux croûtes de tartes ou une croûte et 6 tartelettes.

Pour avoir une pâte plus riche, employer ⅔ tasse de graisse. La quantité d'eau dépendra de la sorte de graisse employée.

Sasser la farine, le sel et la poudre à pâte. Incorporer la graisse à l'aide de deux couteaux ou avec les doigts. Ajouter l'eau, un peu à la fois, en mettant juste assez d'eau pour lier la pâte et en faire une boule. Prendre cette boule, la déposer sur la planche légèrement enfarinée. La pâte doit être assez molle pour ne pas casser et assez solide pour ne pas coller sur la planche enfarinée légèrement. Pétrir la pâte la rendrait dure, il faut la manier aussi peu que possible.

Abaisser la pâte avec le rouleau à pâte en roulant du centre vers l'extérieur, avec une pression égale et douce. La pâte doit être épaisse de ¼ à ⅛ de pouce selon la sorte de tarte. Couvrir les assiettes et mettre dans le four à la température indiquée.

PATE RICHE, TYPE FEUILLETE

2 tasses de farine Five Roses	**⅓ tasse de saindoux**
⅓ c. à thé de sel	**½ tasse de beurre**
¼ c. à thé de poudre à pâte	**9 c. à soupe d'eau (environ)**

Sasser la farine, le sel et la poudre à pâte. Incorporer le saindoux avec les doigts ou à l'aide de deux couteaux. Il faut user de ses doigts avec précaution car si les mains sont chaudes, c'est suffisant pour amollir le saindoux qui va entrer dans la farine et la saturer au lieu de simplement l'envelopper. Mélanger jusqu'à ce que le tout ressemble à une farine grossière. Ajouter l'eau froide, un peu à la fois, et juste assez pour lier la pâte. Rouler la pâte. Garnir, pointiller de minuscules morceaux de beurre, plier une fois et presser les bords ensemble pour qu'ils collent bien. Garnir de beurre une autre fois et plier. Rouler la pâte. Garnir de beurre cette fois en repliant les bords vers le centre. Continuer de cette façon jusqu'à ce que tout le beurre ait servi. Si la pâte devient collante durant le manège, la mettre à la glacière le temps qu'elle refroidisse. Laisser la pâte dans la glacière toute une nuit, si possible, avant de l'employer.

Une bonne graisse à pâtisserie peut remplacer saindoux et beurre si on le préfère.

PATE GARANTIE

(recette favorite d'un gros fabricant de graisse à pâtisserie)

1⅔ tasse de farine Five Roses	**⅓ tasse de farine Five Roses**
⅔ tasse de graisse fine	**¼ tasse d'eau froide**
	1 c. à thé de sel

Délayer une pâte avec ⅓ tasse de farine et l'eau dans laquelle on a fait fondre le sel. Dans 1⅔ tasse de farine, incorporer la graisse avec les doigts ou à l'aide de deux couteaux. Quand les morceaux ont la grosseur d'un pois, ajouter la pâte déjà délayée et bien mélanger. Séparer la pâte en deux, une partie étant un peu plus grosse que l'autre. Ce sera la croûte d'en dessous. Rouler à l'épaisseur voulue, mettre cuire à four chaud.

LA PATE FIVE ROSES ADOPTE LE SYSTEME D

Cette façon de procéder est à l'intention de toutes les cuisinières, jeunes ou vieilles, novices ou expérimentées, qui doivent avouer que leur pâte n'est pas aussi réussie qu'elles le voudraient. Plus besoin de rouler la pâte, ce qui constitue une économie de temps et de vaisselle. La méthode est plutôt révolutionnaire, c'est entendu mais . . . Il fut un temps où les cuisinières se croyaient obligées en conscience à rouler leurs galettes tandis qu'aujourd'hui dans toutes les familles on mange avec plaisir des galettes dites à la glacière. Alors vive le système D et la farine Five Roses qui nous le présente.

Préparer une recette de pâte avec farine Five Roses. Ajouter aussi peu d'eau que possible, juste assez pour que le mélange de farine et de gras prenne ensemble. Tourner la pâte dans une boîte à beurre en verre, pouvant contenir 1 livre. Presser pour que la pâte prenne bien le contour de la boîte et mettre refroidir à la glacière plusieurs heures.

Tourner la pâte sur la planche, *tailler des tranches minces avec un couteau bien aiguisé*. Prendre 3 de ces tranches quand il s'agit de garnir des moules à tartelettes. Bien presser les joints pour que les pièces collent et pincer les bords à trois ou quatre places pour donner plus de forme. Mettre cuire à four chaud. Garnir à volonté.

Pour les tartes, prendre une de ces assiettes de verre allant au four qui sont assez jolies pour aller sur la table. Placer une tranche de pâte dans le fond, puis un rang plus haut, et un autre, et ainsi de suite pour couvrir toute l'assiette. Les tranches de pâte doivent passer l'une sur l'autre de façon à ce qu'il n'y ait pas de jour nulle part. Il faut presser les bords, peut-être les mouiller un peu pour qu'ils collent.

Celles qui le préfèrent peuvent peinturer toute la pâte avec du blanc d'œuf battu pour que la garniture n'atteigne et ne mouille pas la pâte. Garnir la croûte à volonté, c'est-à-dire tout de suite ou la mettre cuire à four chaud et la garnir quand elle est refroidie. On pourrait mettre cuire des tranches de pâte dans une autre assiette et mettre celles-ci comme décoration sur la tarte garnie.

Servir la tarte avec une pelle à gâteau.

PATE FEUILLETEE FIVE ROSES

1 livre de beurre (2 tasses)
1 c. à thé de sel
3¼ tasses de farine Five Roses
1¼ tasse d'eau froide (environ)

Laver le beurre, garder 3 c. à soupe et faire une boule du reste. Incorporer les 3 c. à soupe de beurre dans la farine, faire une pâte en ajoutant l'eau froide, pétrir 5 minutes, couvrir et laisser reposer 5 minutes. Aplatir doucement avec le rouleau à pâte, puis abaisser à ¼ de pouce d'épaisseur en tâchant de garder une forme plutôt carrée. Placer le beurre au centre d'une moitié de la pâte, recouvrir avec l'autre moitié et presser les bords pour qu'ils collent. Replier un bout sur le beurre, l'autre par en-dessous. Tourner d'un quart de tour, aplatir un peu avec le rouleau, décoller, rouler, plier en trois et tourner. Répéter 4 fois, en refroidissant la pâte dans la glacière aussi souvent que nécessaire. La dernière fois, plier en quatre. Refroidir une fois de plus, abaisser à ¼ de pouce d'épaisseur et couper à volonté.

Cette pâte est délicieuse. Elle va lever à 6 et 8 fois son épaisseur et doit être cuite dans un four chaud.

COMMENT TAILLER LES COQUILLES DE PATE FEUILLETEE

Abaisser la pâte à ¼ de pouce. Passer le découpoir à la farine, tailler la pâte. Prendre un découpoir plus petit, le passer à son tour dans la rondelle de pâte mais cette fois, enfoncer seulement à moitié. Refroidir la pâte. Placer les rondelles sur une tôle recouverte de deux doubles de papier, cuire à four très chaud selon les instructions générales. Si les coquilles cuisent trop vite, placer une autre lèchefrite sous la tôle. Si le four ne cuit pas partout également, il faudra tourner la tôle de coquilles pour leur permettre de cuire partout également. Quand les coquilles sont cuites enlever la bouchée du milieu à l'aide d'un couteau tranchant, puis creuser la pâte pour avoir une bonne cavité à remplir.

COMMENT PREPARER LA PATE POUR LES PATES

Une seule croûte: Rouler la pâte à ⅛ pouce d'épaisseur et plus grande que l'assiette à pâté. Plier la pâte, la placer sur l'assiette, la déplier et la conformer. La pâte doit coller à l'assiette partout, sans poche d'air. Ne pas étirer la pâte en la plaçant sur l'assiette. Replier la pâte tout le tour de l'assiette, sur le bord. Denteler en pressant la pâte sur les doigts ou avec une fourchette. Piquer la pâte partout, cuire selon les instructions générales.

Quand une cuisinière a de la difficulté à cuire ses croûtes dans l'assiette, elle peut essayer de les cuire sur l'assiette retournée. Placer la pâte sur une assiette à l'envers et l'assiette sur une tôle à galettes. Finir le tour de l'assiette avec une bordure soignée. Piquer partout, cuire. A la sortie du four, si la croûte ne semble pas tout à fait assez cuite à l'intérieur, la remettre au four, à l'endroit cette fois, pendant quelques minutes.

Deux Croûtes: Doubler l'assiette de pâte comme s'il s'agissait d'une seule croûte. Couper l'excédent de pâte avec des ciseaux ou un couteau. Remplir l'assiette de fruits ou d'une crème. Rouler la croûte de dessus plus petite et plus mince que l'autre. Plier la pâte, la couper un peu pour laisser passer la vapeur. Mouiller le bord de la croûte de dessous avec un peu d'eau froide, placer la croûte de dessus, pincer le bord tout le tour. Couper la pâte qui dépasserait, denteler le bord de la tarte avec les doigts ou une fourchette. Cuire en tenant compte de la température indiquée pour les sortes de pâtes et de garnitures. Il est bon de peinturer la croûte de dessous avec un peu de blanc d'œuf battu avant de remplir la tarte de fruits ou de crème. La chaleur va coaguler le blanc d'œuf et du coup sceller la pâte qui va cuire bien sèche sans que le jus des fruits ou la crème puisse l'affecter. Une couche très mince de blanc d'œuf suffit mais c'est quand même un gage de succès; petite précaution qui évite bien des désappointements.

PATE SUCREE

(Pour tartes à la crème et tartelettes)
(pas besoin de la rouler)

2 tasses de farine Five Roses
⅔ tasse de beurre ou de graisse
1 œuf
½ c. à thé de poudre à pâte
⅓ tasse de sucre granulé fin
2 c. à soupe de lait (environ)
pincée de sel

Sasser la farine, le sel et la poudre à pâte. Incorporer le gras avec les doigts ou à l'aide de deux couteaux. Ajouter le sucre. Battre l'œuf, y ajouter le lait; préparer un creux au centre des ingrédients secs, y verser le liquide et mélanger juste assez pour avoir une pâte molle. Diviser la pâte en deux. Placer une portion dans une assiette à tarte beurrée, étendre la pâte avec les doigts ou deux fourchettes, pour avoir une feuille aussi lisse que possible. Le reste de la pâte servira à garnir une autre assiette ou des tartelettes. Dans ce cas, il faudra peut-être avoir recours au rouleau à pâte. Cuire dans un four à 375°, 400°F. Quand c'est cuit, remplir avec une crème pâtissière au goût. Cette pâte croquante, appétissante, ressemble pas mal à une pâte à galettes. Elle a l'avantage de ne pas pocher dans l'assiette en cuisant.

Certaines cuisinières préfèrent omettre le lait de la recette quand elles préparent cette pâte pour des tartelettes. Elles mettent alors refroidir la pâte et elles la roulent un peu à la fois.

TARTELETTES

Les petits pâtés individuels sont à la mode. Faciles à préparer, ils sont aussi invitants, et l'article tout indiqué pour les parties et les soupers à la fourchette. Un pâté, nous le savons déjà, peut servir aussi bien de plat principal que de dessert selon qu'il est garni de viande ou de poisson, d'une crème ou de fruits.

On peut cuire les pâtés individuels sur des moules à petits gâteaux mis à l'envers, ou sur des petits plats à cossetarde aussi mis à l'envers. Ces coquilles bien piquées partout avec une fourchette pour qu'elles ne pochent pas en cuisant, sont mises dans un four très chaud. S'il y a lieu, elles seront réchauffées au moment de servir. L'idée est de les préparer d'avance pour les avoir sous la main au besoin.

GARNITURES DE TARTES FAVORITES

Les tartes garnies de crème pâtissière sont savoureuses et saines. Seulement, trop de fois, une recette de tarte est bien trop compliquée et chère pour tous les jours. Il s'agissait donc de trouver une garniture délicieuse tout en étant économique et les fabricants de la farine Five Roses y ont fort bien réussi puisque la recette de garniture modèle exige seulement deux œufs. Il va sans dire que cette recette modèle peut être variée de mille façons.

GARNITURE DE TARTE FIVE ROSES

5 ou 6 c. à soupe de farine Five Roses
6 c. à soupe de sucre
2 tasses de lait
2 jaunes d'œufs
1 c. à soupe de beurre
pincée de sel
essence au goût

Attention: comme toujours il s'agit de cuillerées *rases*. Autrement la garniture serait trop épaisse pour être appétissante. La recette donne suffisamment pour une tarte de grandeur moyenne. Six c. à soupe de farine Five Roses va donner une crème assez épaisse pour qu'elle soit ferme quand elle est froide et qu'on puisse la couper commodément c'est-à-dire qu'elle garde sa forme. Quand il entre des fruits dans la garniture, il vaut mieux n'employer que cinq c. à soupe de farine.

Mélanger le sucre, la farine et le sel. Chauffer le lait au bain-marie, délayer les ingrédients secs avec un peu de ce lait chaud et quand c'est lisse, ajouter le reste du lait. Remettre le mélange sur le feu — au bain-marie naturellement — et continuer à brasser jusqu'à épaississement. Couvrir et laisser cuire 20 minutes, en brassant de temps à autre. Battre les jaunes d'œufs, y ajouter la crème chaude très peu à la fois afin de ne pas les coaguler. Remettre cuire 3 minutes de plus. Retirer du feu, ajouter le beurre et l'essence. Battre pour que le mélange soit bien lisse et verser dans la croûte.

MERINGUE POUR TARTE

Prendre les deux blancs d'œufs qui restent, les battre en neige ferme. Y ajouter graduellement 4 c. à soupe de sucre et une pincée de soda à pâte. Fouetter jusqu'à ce que le mélange garde bien sa forme. Garnir la tarte avec la meringue et mettre au four à 275°, 300°F. jusqu'à ce que les pointes soient brunes. S'il s'agit d'une tarte au coco, la meringue sera saupoudrée de coco avant d'aller au four.

DECORATION DE CREME FOUETTEE

Sucrer au goût une crème fouettée très ferme, y mettre un peu d'essence de vanille. Etendre sur la tarte bien froide, sans égaliser, pour avoir une surface très rugueuse. Décorer de cerises confites vertes ou rouges, de confiture ou de gelée.

TARTE AUX BANANES

Préparer une garniture, avoir des bananes très mûres. On peut trancher les bananes, les mettre dans la croûte et verser la garniture par-dessus; ou ajouter les tranches de bananes à la garniture refroidie; ou mettre les fruits sur la garniture. On peut décorer le tout de crème fouettée ou d'une meringue.

TARTE AU CARAMEL

Cuire ¼ tasse de beurre avec ¾ tasse de cassonade, sans laisser brûler, jusqu'à ce que le sucre soit fondu. Ajouter 2 tasses de lait. Laisser reposer le temps que le sucre fonde et se mêle au lait. Préparer une recette de garniture de tarte en em-

ployant ce lait sucré au lieu du liquide de la recette. Verser dans une croûte déjà cuite, garnir de crème fouettée ou d'une meringue. Cette recette est idéale pour les tartelettes individuelles.

A l'occasion on peut ajouter des tranches de bananes bien mûres à la crème au caramel; c'est très riche et substantiel.

TARTE AU CHOCOLAT

A la recette modèle ajouter 2 carrés de chocolat pas sucré et 2 c. à soupe de sucre. Verser dans une croûte déjà cuite et garnir de crème fouettée.

TARTE AU CAFE

Préparer la garniture de tarte en employant 1 tasse de crème — ou de lait évaporé — et 1 tasse de café fort au lieu des 2 tasses de lait de la recette. Verser cette garniture dans une croûte déjà cuite et décorer de crème fouettée. Ou bien — si on a du café instantané dans la maison — préparer la recette modèle de garniture et l'aromatiser avec la quantité de café instantané qui donne 2 tasses de bon café fort.

LA CREME PATISSIERE POUR LES TARTES

La plupart des garnitures de gâteaux font aussi une bonne garniture à tarte et elles permettent de varier le répertoire des tartes et pâtés.

"WASHINGTON CREAM PIE"

Cette tarte n'en est pas une puisqu'elle consiste en un gâteau dont les deux étages sont réunis par une crème pâtissière. Glacer le dessus avec une glace au chocolat.

TARTE BANC DE NEIGE

Mettre une épaisse couche de confiture aux fraises des champs entre deux étages de gâteau. Couvrir d'une épaisse couche de crème fouettée très ferme (disposée par cuillerées) et saupoudrer généreusement de coco râpé. Servir si possible sur un socle en verre. Cette "tarte" a beaucoup d'effet.

TARTE AU CITRON ANCIENNE MODE

1 tasse de sucre
2 jaunes d'œufs
2 blancs d'œufs
1 tasse d'eau chaude
4 c. à thé de fécule de maïs
jus et zeste d'un citron

Battre les jaunes d'œufs, y ajouter le sucre et le jus de citron, puis l'eau chaude. Mettre au bain-marie et quand c'est bouillant y ajouter la fécule de maïs délayée

dans un peu d'eau froide. Laisser épaissir, ajouter le zeste de citron puis cuire à peu près 5 minutes. Retirer du feu, laisser refroidir et verser dans une croûte déjà cuite. Préparer une meringue avec les blancs d'œufs, mettre dorer au four.

PATE AU CITRON

Remplir une croûte déjà cuite avec une recette de garniture au citron pour gâteau. Préparer une meringue, mettre dorer au four. Servir très froid. Le pâté au citron est probablement le dessert le plus populaire qui soit. C'est dire qu'il est bon d'avoir une recette qui permette de le préparer facilement et à peu de frais.

PATE A L'ORANGE

Préparer une recette de garniture à l'orange, verser dans une croûte déjà cuite. Garnir d'une meringue ou de crème fouettée. Pour plus d'effet préparer des petits pâtés individuels.

TARTE AUX PECHES

Préparer une garniture de tarte, en mettre une couche mince dans une croûte déjà cuite. Disposer des moitiés de pêches sur la crème mais sans que celle-ci remonte sur les fruits. Remplir chaque cœur de pêche de crème fouettée très ferme et décorer avec des cerises confites ou un peu de gelée. Servir très froid.

PATE A L'ANANAS

Préparer une recette de garniture à l'ananas comme pour un gâteau. Verser dans une croûte déjà cuite, garnir d'une meringue ou de crème fouettée.

TARTES AUX FRUITS A LA CREME

Ces tartes à la crème peuvent se préparer avec les fruits de la saison. Par exemple en hiver on aura une crème fourrée de dattes et de noix pour garnir une tarte. En été une crème au citron farcie de pêches, une crème toute simple garnie de cerises; en toutes saisons la crème au citron farcie de bananes ou la crème à la vanille remplie de tranches d'orange. Le secret consiste à apprendre à bien faire la recette modèle et ensuite à la combiner en tenant compte des saveurs.

Il s'agit donc de savoir préparer la recette modèle pour avoir à sa disposition une grande variété de desserts savoureux et pas trop dispendieux.

TARTES A LA GELEE

Préparer une recette de gelée, laisser refroidir et épaissir un peu. Fouetter, garnir de fruits et laisser prendre. Dresser dans une grande croûte déjà cuite et garnir de crème fouettée bien ferme et sucrée.

GARNITURE DE COSSETARDE

Les tartes qui vont recevoir une garniture qui n'a pas été cuite au préalable ont besoin de soins particuliers. Par exemple, il est bon de préparer l'assiette et la placer au frais pour que la pâte ait le temps de faire comme une croûte au contact de l'air. Il faut d'ailleurs saupoudrer le fond d'un peu, de très peu de farine avant d'y verser le liquide. Cuire à 450° pendant 10 minutes puis à 325° le reste du temps. C'est cuit quand un couteau d'argent passé dans la garniture, en revient propre.

COSSETARDE

2½ tasses de lait chaud
⅓ tasse de sucre
2 œufs
2 jaunes d'œufs
pincée de sel
vanille

Battre ensemble les œufs, les jaunes d'œufs, le sucre et le sel. Quand c'est très lisse, ajouter le lait chaud un peu à la fois, et la vanille. Verser dans la pâte qui attend et mettre au four.

On peut aromatiser le mélange avec des amandes, du chocolat ou du caramel. Ou encore avec du zeste râpé d'orange ou de citron, dans ce cas, ¼ de tasse de jus de fruits remplaçant autant de lait.

TARTE BIJOUX

Garnir une assiette de pâte, y placer un bon rang de confiture aux fraises ou aux framboises. Recouvrir d'une cossetarde et mettre au four. (Dans ce cas la moitié de la recette modèle suffit.)

TARTE A LA RHUBARBE

2½ tasses de rhubarbe coupée
2 jaunes d'œufs
2 blancs d'œufs
1 tasse de sucre
2 c. à soupe de farine Five Roses
1 c. à soupe de beurre fondu

Battre les jaunes d'œufs, y ajouter le sucre, la farine et le beurre. Ajouter la rhubarbe coupée en bouts d'un demi-pouce. Placer dans une assiette garnie de pâte et cuire comme une tarte à la cossetarde. Garnir d'une meringue faite avec les blancs d'œufs, 4 c. à soupe de sucre et une pincée de soda. Cette garniture de rhubarbe est aussi délicieuse cuite entre deux croûtes.

TARTE A LA CANNELLE

1 tasse de crème sure très épaisse
½ tasse de sucre
1 tasse de petit raisin
1½ c. à soupe de farine Five Roses
2 jaunes d'œufs
2 blancs d'œufs
1 c. à thé de cannelle
pincée de muscade
pincée de sel

Mélanger le raisin, le sucre, la farine, les épices et le sel; ajouter la crème sure, puis les jaunes d'œufs bien battus. Cuire comme une tarte à la cossetarde. Les


FIVE ROSES
FARINE ENRICHIE
Farine Enrichie
FIVE ROSES


FIVE
ROSES
FARINE ENRICHIE

2 blancs d'œufs servent pour la meringue ou si on le préfère ils sont battus en neige très ferme et ajoutés au mélange avant la cuisson, afin d'obtenir une garniture plus légère.

TARTE A LA CITROUILLE

1 c. à soupe de farine Five Roses
½ c. à thé de sel
¼ tasse de cassonade
¼ tasse de miel ou sirop d'érable
¼ c. à thé de gingembre
¼ c. à thé de muscade
pincée de cannelle
1 c. à soupe de beurre fondu
1 tasse de lait
2 œufs bien battus
1½ tasse de citrouille

Préparer une assiette. Mélanger les ingrédients et soit de la citrouille en boîte ou de la citrouille déjà cuite à la vapeur. Verser sur la pâte, mettre au four. Servir avec de la crème fouettée.

PATE AUX POMMES VITE FAIT

Laver les pommes, enlever le cœur et passer au hache-viande. (gros couteau) Sucrer les pommes, y mettre un peu de cannelle si on le désire. Remplir la croûte placée dans une assiette, couvrir d'une seconde croûte et mettre au four. On peut ajouter aux pommes du petit raisin ou des dattes coupées par morceaux.

TARTE AUX PETITS FRUITS

Il faut 3 ou 4 tasses de fruits — fraises, framboises, bleuets, pour une tarte. Sucrer les fruits, y mélanger ¼ tasse de farine Five Roses. Placer dans une assiette recouverte de pâte. Garnir d'un peu de beurre mis par tout petits morceaux. Placer la deuxième croûte et mettre au four. Un peu de jus de citron aspergé sur les fruits fait ressortir la saveur.

TARTE AUX FRAMBOISES

Garnir une grande assiette de fantaisie de pâte riche. Battre 2 blancs d'œufs en neige ferme, ajouter 3 tasses de framboises bien mûres et sucrer au goût. Empiler dans l'assiette, garnir de pâte coupée en fines lanières et entrelacée. Cuire comme d'habitude.

PATE AUX TOMATES VERTES

Trancher 1½ livre de tomates vertes. Préparer un sirop de 1½ tasse de sucre et 1½ tasse d'eau, laisser bouillir 5 minutes. Ajouter les tomates, le zeste râpé d'un citron et 1 c. à thé de cannelle. Cuire jusqu'à ce que les tomates soient claires et transparentes. Ajouter ½ tasse de raisin sans noyau et cuire quelques minutes de plus. Mettre dans une assiette garnie de pâte, recouvrir de pâte et mettre au four.

TARTES DE NOEL

("Mince Pies")

Les "Mince Pies" nous viennent des Anglais tout comme le plumpouding et le gâteau aux fruits. La garniture a besoin d'être préparée assez à l'avance afin que la saveur ait le temps de mûrir. Mais les tartes au "mince meat" sont si délicieuses, elles vont si bien avec l'hiver, que ce serait dommage de les servir seulement durant les Fêtes. Comme la saison froide est longue, il serait peut-être bon de varier le genre de mince meat. En voici donc plusieurs sortes qui ont chacune leurs bons points.

MINCE MEAT TRADITIONNEL

1 livre de raisin épépiné
1 livre de suif
1 livre de pommes
¾ livre d'écorces confites
¼ livre d'amandes blanchies et hachées
1 livre de raisin de corinthe
1 livre de cassonade
2 tasses de cidre de pomme
½ c. à thé de macis (ou muscade)
½ c. à thé de cannelle
1 verre à vin de cognac

Faire bouillir le cidre jusqu'à ce qu'il ait réduit de moitié. Ajouter le raisin, le suif haché, les pommes tranchées, les écorces, raisin de corinthe et le sucre. Cuire doucement durant 1 heure. Ajouter les amandes, les épices et le cognac. Mélanger à fond. Verser dans des pots stérilisés; placer dans un endroit frais. Ce mélange qui se garde un an et plus est moins riche que la majorité des préparations du même genre n'exigeant pas de cuisson.

MINCE MEAT SAVOUREUX

2 tasses de bœuf maigre
2 tasses de suif de bœuf haché fin
3 pintes de pommes sures, hachées
1 tasse confiture au raisin (ou pomme)
2 tasses confiture aux pêches
2 chopines de jus de raisin
3 tasses de cassonade
1 livre de raisin sans noyau
1 livre de raisin épépiné
1 livre de raisin de corinthe
1 livre d'écorces confites mélangées
zeste râpé de 2 oranges
zeste râpé de 2 citrons
1 c. à soupe de sel
1 c. à soupe de cannelle
½ c. à thé de macis (ou muscade)
¼ c. à thé de clou de girofle

Faire mijoter la viande dans un peu d'eau jusqu'à ce qu'elle soit tendre. Quand elle a refroidi, la passer au hache-viande. Il faut 2 tasses de viande cuite et émincée. Hacher les fruits, mélanger tous les ingrédients. Mettre sur le feu et laisser mijoter doucement 1 heure. Verser dans des pots stérilisés.

MINCE MEAT MAIGRE

1 livre de beurre ou de graisse végétale
1 livre de raisin de corinthe
1 livre de raisin
1½ livre de pommes hachées
1 livre d'écorces confites mélangées
1 c. à soupe de cannelle
1 c. à thé de muscade
1 citron (jus et zeste râpé)
1½ livre de sucre

Nettoyer et hacher les fruits. Ajouter le sucre, le beurre et les autres ingrédients; mélanger à fond. Verser dans des pots stérilisés. Cette garniture délicieuse n'exige pas de cuisson. On remarquera qu'elle ne contient pas de suif ni de viande, seulement du beurre ou une graisse végétale; elle est donc plus facile à digérer tout en étant fort savoureuse et facile à préparer. Une tarte à ce mince pie fait un dessert substantiel pour le vendredi.

TARTE GRATTE-CIEL

Préparer 4 rectangles de pâte riche. (Equivalent de 2 recettes pour 2 croûtes) Cuire, mettre refroidir. Préparer une garniture à la vanille. Sur le premier rang de pâte, étendre la moitié de la crème; recouvrir de pâte, puis de confiture; de pâte et du reste de la crème, et ainsi de suite. Garnir de crème fouettée.

TARTE AUX DATTES

1 livre de dattes
1 tasse d'eau
½ tasse de cassonade brune
½ tasse de noix de grenoble cassées

Pâte:
1 tasse de cassonade
1¾ tasse de farine d'avoine
1½ tasse de farine Five Roses
1 c. à thé de soda à pâte
¾ tasse de graisse à pâtisserie
pincée de sel

Cuire ensemble, dattes, cassonade et eau jusqu'à ce que les dattes se défassent et que le mélange soit épais. Retirer du feu, ajouter les noix.

Mélanger les ingrédients secs, ajouter la graisse et mélanger à fond. Réserver ⅓ de la pâte et étendre le reste dans des assiettes à tarte en verre. Recouvrir de la confiture refroidie, garnir avec le reste de la pâte. Mettre dans un four lent — 325°F. une trentaine de minutes.

TARTE AUX POMMES REGIME

Les personnes grasses qui adorent les tartes tout en voulant couper les calories peuvent se régaler de tartes cuites dans un moule profond et avec une seule croûte. De cette façon le dessert comprend bien plus de fruit que de pâte et tout le monde

est content. Voici comment préparer une tarte de ce genre avec des pommes, mais n'importe quel fruit peut servir.

Couper les pommes en quartiers, enlever le cœur. Ne pas les peler, surtout si la pelure est rouge. Placer les fruits dans un plat à pouding avec au milieu une tasse renversée ou un des petits oiseaux à cet effet qu'on trouve dans le commerce. La tasse ou le petit tuyau ont pour effet de garder le jus et l'empêcher de renverser. Saupoudrer de sucre—environ ¾ de tasse — et d'un peu de muscade ou de cannelle au goût. Garnir de petits morceaux de beurre.

Doubler tout le côté du plat à pouding d'une bande de pâte, mouiller le bord. Couvrir le plat d'une couche de pâte riche tailladée en plusieurs endroits. Coller les deux doubles de pâte tout le tour, couper ce qui dépasse et onduler le bord avec les doigts ou avec une fourchette. Mettre au four à 450° durant une dizaine de minutes; réduire la chaleur à 350° et cuire le temps que les pommes amollissent.

TARTE A LA FARLOUCHE

½ tasse de sucre d'érable
1 tasse d'eau
1 c. à soupe de fécule de maïs
croûte

Faire fondre le sucre d'érable dans l'eau, amener au point d'ébullition. Délayer la fécule de maïs dans un peu d'eau froide, ajouter une partie du sirop puis verser dans le reste du sirop. Laisser cuire doucement jusqu'à ce que le mélange ait épaissi et qu'il ait perdu son apparence laiteuse — à peu près cinq minutes. Attention: ça prend au fond facilement! Refroidir un peu et verser une couche mince dans une croûte déjà cuite. Mettre au froid avant de servir. On peut épaissir du sirop d'érable de la même façon mais s'il s'agit de sirop de conserve il faudra peut-être ajouter un peu d'eau autrement la garniture serait trop sucrée.

TARTE MOUSSELINE

1 enveloppe de gélatine
¼ tasse d'eau froide
3 oeufs
1 tasse de sucre
1 tasse de liquide
pincée de sel
1 croûte
½ à 1 tasse de crème à fouetter

Mettre amollir la gélatine dans l'eau froide. Battre les jaunes d'œufs, y ajouter le sel, la moitié du sucre et le liquide. Mettre épaissir le tout au bain-marie; ajouter la gélatine, retirer du feu et mettre refroidir. Battre les blancs d'œufs en neige ferme, ajouter ce qui reste du sucre et mélanger avec la partie cuite qui est sur le point de prendre. Verser dans une croûte déjà cuite, laisser prendre. Au moment de servir garnir de crème fouettée.

Ce genre de tarte est très à la mode. La tarte mousseline se fait au citron, à l'orange, au café ou au chocolat, etc. Pour les tartes au citron ou à l'orange, employer le jus du fruit au lieu d'une partie du liquide et ajouter le zeste râpé de

l'orange ou d'un demi-citron. La tarte au café sera faite avec du café frais et fort tandis que la tarte au chocolat emploiera du lait et 2 carrés de chocolat pas sucré. Selon qu'on aime les desserts plus ou moins sucrés ou que les fruits employés sont plus ou moins surs, il faudra varier la quantité de sucre de la recette. Dans tous les cas, la moitié du sucre va dans les jaunes d'œufs et ce qui reste dans les blancs.

TARTELETTES

Les tartelettes se font avec une pâte brisée, une pâte feuilletée ou la pâte ressemblant aux galettes. La pâte est placée dans de petits moules à cet effet, ou plus simplement dans des moules à gâteaux ou à muffins. C'est encore plus simple d'habiller l'envers des moules dans un cercle de pâte assez grand pour couvrir le fond et les côtés à la façon d'une collerette. Le trop-plein de pâte est alors pincé à trois, cinq ou sept places pour avoir comme des dents disposées bien également tout le tour du petit moule. Ces pinces permettent aussi à la pâte de coller tout le tour. Ces croûtes sont mises à cuire dans un four chaud et garnies quand elles sont froides.

Quand la garniture cuit dans la pâte elle aide celle-ci à rester en place et la cuisinière n'a pas à se préoccuper si ses tartelettes auront gardé leur forme ou non.

TARTELETTES AU BEURRE

⅓ tasse de beurre
1 tasse de cassonade
2 c. à soupe de lait
½ tasse de raisin de corinthe
1 œuf battu
essence de vanille
pâte

Mélanger les ingrédients et placer 1 cuillerée dans des petits moules garnis d'une pâte riche. Cuire à four chaud (450°F.) durant 8 minutes, baisser le four à 350° et cuire jusqu'à ce que la pâte soit délicatement brune.

Les tartelettes à la tire se préparent de la même façon en omettant le raisin.

TARTELETTES DE BANBURY

2 c. à soupe de beurre
¼ tasse de sucre
½ tasse d'écorces confites hachées
1 œuf
1 once de miettes de biscuits
¾ tasse de raisin de corinthe
pincée d'épices mélangées
pâte

Défaire le beurre en crème, ajouter le sucre et l'œuf battu. Ajouter les autres ingrédients et mélanger à fond. Couper des rondelles de pâte riche. Placer une cuillerée de garniture sur une rondelle, humecter le bord de la pâte; recouvrir

d'une seconde rondelle de pâte, presser les bords. Procéder de cette façon, puis peinturer le dessus des tartelettes avec du lait, piquer la croûte, saupoudrer de sucre et mettre au four à 425° durant 15 minutes environ.

DEMOISELLES D'HONNEUR

Garnir des petites assiettes de pâte riche. Défaire en crème 2 c. à soupe de beurre, ajouter graduellement 1 tasse de sucre, 1 œuf bien battu, 1 tasse de noix hachées et ¼ c. à thé de vanille. Placer 1 cuillerée de ce mélange dans chaque petit moule garni de pâte et cuire comme les tartelettes au beurre. On peut mettre un peu de gelée ou de confiture dans la tartelette avant d'y verser le mélange aux noix pour faire de la couleur.

TARTELETTES AUX PECHES

Préparer des croûtes avec une pâte riche. Au moment de servir placer la moitié d'une pêche — en conserve ou en confiture — dans chaque tartelette. Remplir la cavité de crème fouettée et servir.

TARTELETTES AU FROMAGE

(recette anglaise)

½ tasse de fromage blanc
1 tasse de raisin sans noyau
2 jaunes d'œufs
¾ tasse de sucre
1 citron
pincée de sel

Forcer le fromage à travers une passoire. Battre ensemble le sucre, l'œuf, ajouter le jus et le zeste râpé du citron, puis le raisin et le fromage. Placer par cuillerée dans des petits moules garnis de pâte. Cuire comme les tartelettes au beurre.

TARTELETTES AUX AMANDES

Garnir des petits moules de pâte, placer un peu de gelée ou de confiture aux framboises dans chaque moule, mettre au four à 450° le temps que la pâte soit à moitié cuite. Retirer du four et garnir chaque tartelette avec le mélange suivant:

¼ tasse d'amandes moulues
1 œuf
⅓ tasse de sucre en poudre
¼ c. à thé d'extrait d'amande

Dans un bol, mélanger les amandes moulues et le sucre. Ajouter l'œuf battu et l'essence et mélanger à fond. Garnir les tartelettes à moitié cuites, remettre au four à 350°F. le temps de brunir délicatement. Faire la même recette avec du coco râpé au lieu des amandes moulues.

BOUCHEES A L'ANANAS

Couper des rondelles de pâte feuilletée et cuire à four chaud. Au moment de servir fouetter de la crème et quand elle est très ferme, la sucrer, la diviser en deux.

Ajouter une petite boîte d'ananas râpé à la moitié de la crème et garnir de ce mélange la moitié des rondelles de pâte. Recouvrir d'une seconde rondelle, garnir de crème fouettée et servir immédiatement.

TARTELETTES AUX PRIMEURS

Préparer des croûtes, les garnir d'un peu de crème à la vanille. Décorer avec des fruits frais et glacer avec un sirop épais dans lequel un peu des fruits a cuit. C'est une façon d'allonger les fruits frais quand ils coûtent fort cher et d'être extravagante sans l'être.

CACHETTES AUX POMMES

Peler de belles pommes, enlever le cœur. Découper une pâte riche en grandes rondelles. Sur chaque rondelle placer une pomme. Sucrer la pomme au dehors et au dedans avec de la cassonade; mouiller le tour de la pâte et fermer la rondelle sur la pomme de façon à ce que la pomme soit entièrement cachée. Mettre cuire à four chaud, puis modéré, le temps que la pomme soit bien cuite. Servir avec une sauce aromatisée au cognac.

PETITS PATES

Les petits pâtés sont tout indiqués quand la maîtresse de maison est à la recherche d'un plat vite servi parce qu'il a été préparé d'avance. Dans ce cas, la famille ou les invités ne verront qu'un mets recherché sans se douter qu'il a été choisi parce qu'il est commode à préparer et à servir. Est-il besoin d'ajouter que les petits pâtés sont fort goûtés de tout le monde ?

A défaut de croûtes ou de coquilles de pâte feuilletée, la maîtresse de maison peut toujours servir des croustades. Dans tous les cas, pâte et sauce ont été préparées d'avance. La pâte est réchauffée dans le four, la sauce dans le four ou le bain-marie, et les coquilles sont garnies à la toute dernière minute pour n'avoir pas le loisir de ramollir.

Les instructions et les recettes de croûtes se trouvent à leur chapitre respectif; nous donnons ici seulement la recette des garnitures.

PATES AU SAUMON

1 boîte de saumon
1 c. à thé de persil haché
1 œuf
sel et poivre
pois verts
sauce blanche
miettes de pain beurrées
croûtes

Défaire le saumon, enlever la peau et les arêtes. Assaisonner au goût avec sel, poivre et persil. Placer une cuillerée dans une croûte, puis une cuillerée de pois verts et une cuillerée de sauce blanche. Garnir de miettes de pain beurrées. Mettre au four jusqu'à ce que le mélange soit bien chaud et le dessus doré.

On peut employer de la même façon à peu près n'importe quelle sorte de poisson et même du homard.

PATES AUX ASPERGES

Prendre des asperges coupées en dés. Réchauffer dans une sauce blanche, remplir les croûtes et garnir de jaune d'œuf haché. Servir très chaud.

PATES AUX AMOURETTES

2 amourettes
1 tasse de lait
1 tasse de sauce blanche No. 2
3 œufs cuits dur
2 c. à soupe de beurre
croûtes ou coquilles

Faire tremper les amourettes à l'eau froide; égoutter, mettre au feu dans le lait et laisser mijoter durant 25 minutes. Refroidir, enlever la peau et couper en beaux dés.

Préparer 1 tasse de sauce blanche No. 2, l'assaisonner de sauce Worcestershire, 2 c. à thé de jus de citron, ½ c. à thé de sel, une pincée de poivre. Ecraser les jaunes d'œufs, couper les blancs en lanières, les ajouter à la sauce. Ajouter les amourettes coupées en dés et le beurre. Réchauffer et servir dans des croûtes ou des coquilles sortant du four.

POISSON A LA NEWBURGH

1 c. à soupe de beurre
1 c. à soupe de farine Five Roses
1 tasse de crème
2 jaunes d'œufs (ou 1 œuf)
sel et poivre
¼ tasse de sherry
2 tasses de poisson

Préparer une sauce blanche avec la farine, le beurre et la crème. Ajouter le vin et un moment plus tard, les jaunes d'œufs battus. Saler et poivrer, ajouter le poisson, cuire 3 minutes de plus. Servir dans des coquilles.

TARTELETTES AUX OEUFS

1 tasse de sauce au fromage
2 œufs cuits dur
⅓ tasse de miettes de pain beurrées
4 croûtes ou coquilles

Prendre des croûtes assez grandes. Bien assaisonner la sauce au fromage, y ajouter les œufs, garnir avec de la panure. Mettre au four le temps que ce soit bien chaud et que le dessus soit doré.

PATE ANGLAIS

1 livre de pâte riche
1 tasse de viande cuite, coupée en dés
1 carotte râpée
2 pommes de terre râpées
1 c. à thé de jus d'oignon
1 c. à thé de sauce Worcestershire
sel et poivre

Faire revenir carotte et pommes de terre dans un peu de beurre. Refroidir. Couvrir une assiette à tarte de la moitié de la pâte. Garnir avec la viande et les légumes, mouiller avec 1 c. à soupe de sauce de rôti. Bien assaisonner. Mouiller le bord de la pâte, recouvrir d'une seconde croûte bien mince. Coller et découper les bords, tailler le dessus pour laisser sortir la vapeur. Mettre à four chaud 450° durant 10 minutes; réduire la chaleur à 350° et cuire 20 à 25 minutes de plus. A la sortie du four ajouter un peu de sauce par les ouvertures dans le dessus de la pâte. Servir chaud ou froid.

CHAUSSONS AU POULET

poulet froid
sel et poivre
sauce blanche
pâte brisée ou feuilletée

Hacher finement le poulet cuit, assaisonner et lier avec la sauce blanche. Mouler en boules. Découper la pâte en rondelles, placer une boule de viande sur chaque rondelle. Replier les bords de façon à cacher la viande et mouiller un peu la pâte pour que le chausson reste fermé. Cuire à four chaud, 450°F. le temps que la pâte soit délicatement brune.



Les Desserts



Le dessert n'a pas été inventé à seule fin de flatter la gourmandise. Bien plus souvent que l'on pense, le dessert permet d'équilibrer un repas. Quand les premiers plats ont été fort substantiels, le dessert léger, riche seulement de fruits, fournira les sels minéraux et les vitamines qui autrement manqueraient peut-être. Par contre les desserts comme les poudings et les tartes donnent une quantité appréciable de calories, donc d'énergie, à part d'assouvir pleinement la faim.

BLANC-MANGER

2 tasses de lait
¼ tasse de sucre
1¼ tasse de fécule de maïs
¼ tasse de lait
pincée de sel
essence

Cette recette donne un blanc-manger assez ferme pour être démoulé. Quand on veut moins de consistance — ou s'il entre des œufs dans le dessert — 3 c. à soupe de fécule de maïs suffisent.

Faire chauffer 2 tasses de lait au bain-marie; mélanger la fécule de maïs et le sucre, ajouter ¼ tasse de lait. Ajouter un peu de lait chaud, remettre le tout au bain-marie et brasser au-dessus de l'eau bouillante jusqu'à ce que le mélange épaississe. Couvrir et laisser cuire de 20 à 30 minutes, en brassant de temps à autre. Laisser refroidir un peu avant d'ajouter l'essence. Verser dans un moule froid et mouillé, ou combiner avec des fruits. Sortir du moule au moment de servir et garnir de compote de fruit, de confiture ou de crème fouettée, en guise de sauce.

Un blanc-manger plus riche se prépare comme suit: Epaissir le mélange avec 3 c. à soupe de fécule de maïs. Quand c'est cuit, verser un peu du mélange sur deux jaunes d'œufs battus, ajouter au reste et remettre cuire 3 minutes. Les blancs d'œufs battus en neige ferme seront incorporés au mélange avant de le verser dans le moule.

Le blanc-manger peut être au chocolat, au caramel, à la vanille, à l'orange ou au citron selon qu'on l'aromatise de l'un ou l'autre de ces ingrédients.

POUDING A L'ORANGE

Préparer un blanc-manger avec 2 jaunes d'œufs, y ajouter le zeste râpé d'une orange. Garnir un plat de verre allant au four avec des tranches d'oranges, les sucrer au goût. Verser dessus le blanc-manger. Préparer une meringue avec les 2 blancs d'œufs battus en neige ferme, 4 c. à soupe de sucre et une pincée de soda à pâte. Disposer la meringue sur le plat, la mettre dorer au four. Servir froid.

Cette recette peut servir à préparer des poudings à n'importe quel fruit.

NEIGE AU CITRON

2 tasses d'eau bouillante
¼ tasse d'eau froide
⅔ tasse de sucre
4c. à soupe de fécule de maïs
3 c. à soupe de jus de citron
2 c. à thé de zeste de citron
2 blancs d'œufs

Ajouter le zeste de citron râpé à l'eau bouillante. Préparer comme un blanc-manger mais quand il est cuit, ajouter le jus de citron et les blancs d'œufs battus en neige ferme. Verser dans des moules rincés à l'eau froide. Sortir du moule et servir avec une cossetarde aromatisée de vanille.

COUPES A L'ORANGE

3 c. à soupe de fécule de maïs
pincée de sel
½ tasse de lait froid
¾ tasse de lait chaud
1 jaune d'œuf
¼ tasse de miel
½ tasse de jus d'orange
1 c. à soupe de jus de citron
1 c. à thé de zeste d'orange
1 blanc d'œuf
2 c. à soupe de sucre granulé fin

Mélanger la fécule de maïs, le sel et le lait froid; ajouter au lait qui chauffe au bain-marie. Brasser constamment jusqu'à ce que ce soit épais. Couvrir et cuire 20 minutes de plus en brassant de temps à autre. Battre le jaune d'œuf, y ajouter le miel, puis un peu du liquide chaud; remettre au bain-marie, ajouter le jus d'orange, de citron et le zeste râpé. Cuire 1 minute de plus. Retirer du feu. Battre le blanc d'œuf en neige ferme, ajouter le sucre fin; incorporer au mélange refroidi et verser dans des coupes. Servir très froid.

FLAN BOUILLI
(cossetarde)

2 jaunes d'œufs
1 œuf
2 à 4 c. à soupe de sucre
pincée de sel
2 tasses de lait chaud
essence

Battre ensemble les jaunes d'œufs et l'œuf, ajouter le sucre et le sel. Mélanger à fond. Ajouter un peu du lait chaud, mélanger et mettre au bain-marie. Cuire jusqu'à ce que le mélange colle à la cuiller, en brassant tout le temps de la cuisson. Retirer du feu, tamiser et laisser refroidir. Ajouter l'essence quand c'est froid.

FLAN AU FOUR
(cossetarde)

Préparer comme le flan bouilli mais avec 2 jaunes d'œufs et 2 œufs entiers. Verser le mélange dans un grand plat à pouding ou des petits moules individuels bien beurrés. Placer dans une lèchefrite contenant 1 pouce d'eau. Mettre au four

(325°F.) le temps que le mélange prenne. Le flan est assez cuit quand un couteau d'argent passé dedans en sort propre.

Cette façon de placer le plat dans l'eau chaude sert pour cuire sans danger de brûler, des plats au lait et aux œufs. Le four ne doit pas être si chaud que l'eau va bouillir dans la lèchefrite.

On peut aromatiser le flan bouilli et le flan cuit au four avec du chocolat, du caramel, orange, citron ou vanille. Une tasse de café peut remplacer 1 tasse de lait.

FLAN A LA GELEE

Faire amollir 1 c. à soupe de gélatine dans ½ tasse de lait froid, puis dissoudre dans le flan bouilli chaud. Aromatiser et verser dans un moule.

CREME BAVAROISE

Préparer un flan à la gelée. Quand le mélange commence à prendre y ajouter 1 tasse de crème fouettée très ferme. Verser dans un moule.

OEUFS A LA NEIGE

Préparer un flan bouilli, aromatiser à la vanille. Battre 2 blancs d'œufs en neige ferme, ajouter 4 c. à soupe de sucre blanc. Verser le flan dans un grand plat, y déposer ici et là des cuillerées de blanc d'œuf; garnir avec de la gelée.

FLAN AUX DATTES

Etendre 2 tasses de dattes coupées dans un plat. Verser dessus une recette de flan bouilli aromatisé de vanille. Laisser reposer au moins 6 heures. Au moment de servir décorer de crème fouettée sucrée.

BAGATELLE No. 1

Préparer un flan bouilli avec ¼ de tasse de sucre; aromatiser de vanille ou d'amande, laisser refroidir. Couper un gâteau en tranches minces, les mettre ensemble avec des confitures ou de la gelée. Couper cette espèce de pain en tranches étroites, en garnir un plat. Asperger de vin ou de jus de fruit. Sur le gâteau placer un rang de fruit, puis un autre rang de gâteau et ainsi de suite. Verser sur le tout le flan très froid. On peut garnir de crème fouettée.

Pour une fête, garnir la bagatelle de dragées, de cerises confites, d'amandes ou avec des petites fleurs de sucre — roses ou violettes — comme on en trouve dans le commerce.

Pour une bagatelle vite faite, empiler dans un plat de verre des restes de gâteaux de toutes sortes. (Un peu de gâteau aux fruits embaumerait tout le plat) Asperger d'un peu d'alcool, y verser le flan bouilli et mettre à la glacière le temps que la sauce entre dans le gâteau et lie les différentes saveurs.

BAGATELLE No. 2

Garnir un joli plat de morceaux de gâteaux uniformes. Garnir de confiture — fraises des champs si possible — masquer de crème fouettée sucrée et bien ferme. Givrer avec du coco râpé. Mettre à la glacière et servir très froid.

BAGATELLE AUX FRUITS

On peut faire autant de sortes de bagatelles qu'il y a de sortes de fruits et de façons d'aromatiser le flan. Disposer un rang de fruit, un rang de gâteau et ainsi de suite. Verser le flan et garnir de tranches de fruits.

GELEES MOUSSELINES

Préparer un paquet de gelée et quand le mélange commence à épaissir, battre au moulin pour les œufs jusqu'à ce que le mélange soit mousseux et léger. On peut ajouter de la crème fouettée ou des blancs d'œufs battus en neige ferme. Sucrer au goût et verser dans un moule ou un joli plat.

CREME ESPAGNOLE

1 c. à soupe de gélatine
½ tasse de lait froid
2½ tasses de lait chaud
3 jaunes d'œufs
⅓ tasse de sucre
3 blancs d'œufs
essence

Faire amollir la gélatine dans le lait froid. Préparer un flan avec le lait, les jaunes d'œufs, le sucre et le sel. Fondre la gélatine dans le flan chaud, retirer du feu, ajouter avec précautions les blancs d'œufs battus en neige, ajouter l'essence au choix et verser dans des moules individuels. Laisser prendre au froid. Démouler au moment de servir et garnir de crème fouettée.

La crème espagnole se fait à la vanille, au chocolat, au caramel, aux fruits, etc. Quand elle est délicatement colorée en rose, jaune ou vert, elle est fort invitante et jolie. On peut aussi garnir le fond du moule de fruits coupés en dés.

GELEE AU CAFE

1 enveloppe de gélatine
2 tasses de café frais
sucre au goût
crème fouettée

Mettre amollir une enveloppe de gélatine dans un peu d'eau froide. Préparer 2 tasses de café très fort, le sucrer au goût, ajouter la gélatine. Mettre prendre à la glacière. Au moment de servir, passer la gelée comme pour des patates au riz ou bien la défaire avec une fourchette. Empiler dans des coupes, garnir de crème fouettée.

COURONNE AU VIN

1 enveloppe de gélatine
vin canadien
sucre
oranges
pamplemousse

Faire amollir la gélatine dans ¼ tasse d'eau froide. Diluer et sucrer du vin canadien, sherry de préférence, pour avoir 2 tasses de liquide savoureux. Faire chauffer, ajouter la gélatine, verser dans un moule en forme de couronne et mettre prendre à la glacière. Peler oranges et pamplemousse, enlever toute la membrane et couper les quartiers en dés. Tourner la gelée sur un plat, remplir le centre avec les fruits sucrés très légèrement. Ce dessert délicieux finit bien un repas copieux.

POUDING FROID

1 c. à soupe de gélatine
¼ tasse d'eau froide
1 boîte ou 1 chopine de cerises
pain blanc rassis

Mettre amollir la gélatine dans l'eau froide. Prendre le jus des cerises, y ajouter de l'eau pour avoir 1¾ tasse de liquide. Faire chauffer, et quand c'est bouillant y ajouter la gélatine, mélanger à fond et retirer du feu. Couper le pain en tranches très minces, enlever les croûtes. Tremper les tranches de pain dans la gelée, en garnir tout l'intérieur d'un plat ou d'un moule en prenant garde que les morceaux de pain se rejoignent partout mais sans passer l'un sur l'autre. Placer les cerises dans le moule ainsi garni puis, avec beaucoup de précautions, mettre ce qui reste de gelée. Couvrir le dessus avec du pain et placer le moule dans un endroit frais le temps de prendre.

Au moment de servir, couper le pain qui dépasserait de la gelée mais pas avant que le tout soit bien ferme. Tourner le pouding sur un plat, couper par tranches et servir avec une sauce cossetarde bien froide.

(Si le plat est difficile à démouler, l'entourer durant quelques secondes avec un linge passé à l'eau bouillante et tordu. Démouler immédiatement avant que la gelée ait le temps de fondre.)

CHARLOTTE A L'ANANAS

1 boîte d'ananas
¼ livre de bouchées à la guimauve
2 tasses de crème fouettée
noix

Mélanger les bouchées à la guimauve avec l'ananas haché ou coupé en dés et égoutté. Laisser reposer au moins 6 heures. Au moment de servir y ajouter la crème fouettée et des noix de grenoble ou des pécanes. Empiler dans des coupes

POIRES A LA FRANCAISE

Placer dans des assiettes à dessert de fantaisie,des quartiers de poires en boîte bien froides. Entourer d'une sauce cossetarde et garnir de zeste d'orange râpé.

POMMES GLACEES

6 grosses pommes rouges
1 tasse de sucre
1 tasse d'eau

Enlever le cœur des pommes et peler le dessus — environ le tiers de la pomme. Faire bouillir ensemble 5 minutes, l'eau et le sucre. Ajouter les pommes, mettre le couvercle bien juste sur la marmite et baisser le feu. Si les fruits cuisent trop vite, ils vont se briser. Les tourner une fois, ou les arroser de temps à autre. Quand les pommes sont tendres, les mettre dans un joli plat. Faire diminuer le sirop qui reste pour qu'il soit très épais et qu'il prenne en gelée en refroidissant. Mettre un peu de confiture rouge dans le cœur de chaque pomme et verser dessus ce qui reste de jus. Garder au frais jusqu'au moment de servir.

(Certaines cuisinières mettent bouillir durant 10 minutes, dans 2 tasses d'eau, les cœurs de pommes et la pelure enlevés. Elles coulent alors le jus y ajoutant le sucre, laissent bouillir 5 minutes puis procèdent comme ci-dessus.)

Au temps des Fêtes, on voudra servir les pommes chaudes et farcies avec un peu de "mince meat".

POMMES FARCIES

Faire cuire les pommes comme d'habitude et, quand elles sont tendres, les farcir avec des tranches de bananes, mettre dessus une bouchée de guimauve. Faire griller un moment sous la flamme, placer dans les assiettes, arroser du sirop qui reste. Laisser refroidir avant de servir.

ROULEAUX AUX FRUITS

½ livre de biscuits de son
4 bananes
¾ tasse de dattes
¼ tasse de noix
¼ livre de bouchées à la guimauve

Ecraser les biscuits, couper les bouchées de guimauve en quartiers, hacher les dattes et les noix. Mélanger le tout et lier avec assez de lait ou de jus d'orange (pas un mélange, employer l'un ou l'autre) pour pouvoir former un rouleau épais. Envelopper de papier ciré et mettre à la glacière toute une nuit. Servir par tranches, garnir de crème fouettée.

CREME AU FRUIT

Préparer une compote de fruit très épaisse, passer au tamis. Sucrer au goût — on peut ajouter quelques gouttes de jus de citron ou d'orange — Employer ½ tasse (ou plus) de compote tamisée pour 2 blancs d'œufs battus en neige ferme. Mélanger les deux, verser dans des coupes et servir très froid.

Certains fruits, les bananes par exemple, font une meilleure crème quand ils sont mélangés avec de la crème fouettée plutôt qu'avec les blancs d'œufs battus en neige. C'est affaire de goût et chaque maîtresse de maison se laissera guider par les préférences de ses convives.

RIZ AU CARAMEL

1 c. à soupe de gélatine
¼ tasse d'eau froide
2 tasses de riz cuit
1 tasse de crème (claire)
1 tasse de cassonade
3 c. à soupe de beurre
crème fouettée

Ajouter la crème au riz et mettre chauffer au bain-marie. Faire amollir la gélatine dans l'eau froide. Cuire ensemble le beurre et la cassonade jusqu'à ce qu'ils prennent couleur mais sans brûler, ajouter au riz, brasser. Ajouter la gélatine, laisser fondre, retirer du feu. Verser dans un grand moule — ou des moules individuels, laisser prendre au frais. Démouler au moment de servir et garnir de crème fouettée.

MOUSSE AU CHOCOLAT

1 tasse de lait
¼ c. à thé de sel
1½ carré de chocolat
2 jaunes d'œufs
5 c. à soupe de sucre
1 tasse de riz cuit
2 blancs d'œufs
½ tasse de crème épaisse
vanille

Mélanger le lait, le sel et le chocolat. Chauffer au bain-marie jusqu'à ce que le chocolat soit fondu. Ajouter les jaunes d'œufs légèrement battus avec le sucre, laisser cuire le temps que le mélange colle à la cuiller puis ajouter le riz et la vanille. Retirer du feu et laisser refroidir. Au moment de servir ajouter la crème fouettée et les blancs d'œufs battus en neige ferme. Servir dans des coupes.

COUPE ARLEQUIN

Fouetter 1 tasse de crème, la sucrer au goût. Ajouter 1 c. à thé de gélatine amollie dans 1 c. à soupe d'eau froide et mise à fondre au-dessus de la vapeur. Aromatiser la moitié de la crème avec un rien d'essence de menthe, colorer vert très pâle. Au reste de la crème ajouter 1 c. à soupe de cacao ou ½ carré de chocolat fondu. Mettre 1 cuillerée de chaque couleur dans chaque coupe. Garder au froid jusqu'au moment de servir.

COUPE MARIE-LOUISE

1 chopine de crème 15%
1 enveloppe de gélatine
confiture

Dans chaque coupe mettre 2 c. à thé de confiture, (abricot de préférence) aromatiser avec 1 c. à thé de cognac ou de sherry. Chauffer légèrement la crème. Faire amollir la gélatine avec 2 c. à soupe d'eau froide, fondre au bain-marie et verser dans la crème. Remplir les coupes, laisser prendre dans la glacière. Garnir d'amandes blanchies et coupées en lamelles, plantées dans la crème.

COUPE DEUX TONS

½ tasse de sucre
2 c. à soupe de farine Five Roses
1 œuf
2 jaunes d'œufs
2 tasses de lait
pincée de sel
essence de vanille
⅓ tasse de sucre
2 blancs d'œufs
1 carré de chocolat

Préparer une crème avec le lait, le sucre, la farine. Ajouter l'œuf et les jaunes d'œufs battus, laisser épaissir au bain-marie; retirer du feu et aromatiser. Verser dans des coupes et mettre refroidir. Au moment de servir, garnir avec les blancs d'œufs battus en neige ferme auxquels on a ajouté le sucre et le chocolat fondu.

POUDING PRINCESSE

Ces desserts si populaires se composent simplement d'un gâteau garni de fruits et décoré de crème fouettée. Il y a trois façons de les servir: 1° Préparer un grand gâteau mince, le couper en morceaux de 3 pouces. Mettre des fruits sucrés entre deux morceaux de gâteau et recouvrir de crème fouettée. 2° Préparer un gâteau à étages. Mettre les fruits tranchés et sucrés entre les étages et garnir le dessus du gâteau de crème fouettée. 3° Cuire la pâte dans des moules à gâteaux individuels. Quand les gâteaux sont froids, les creuser au centre, remplir la cavité de fruits sucrés et garnir de crème fouettée.

On peut employer des bananes, des pêches tranchées, des fraises, des framboises selon le goût ou la saison. Les fruits sont sucrés d'avance et s'il s'agit de fruits en conserve, il est bon de les égoutter avant de les mettre dans le gâteau si on veut avoir un gâteau qui reste sec.

SANDWICH A L'ESQUIMAU

Préparer des carrés ou des rondelles de gâteau, en comptant 2 morceaux par convive. Placer une tranche ou une cuillerée de crème à la glace entre deux morceaux de gâteaux et masquer avec une sauce au chocolat ou au caramel.

CLOWNS VANILLES

Glacer en blanc des rondelles de gâteau. Décorer le tout avec du chocolat pas sucré. (C'est le volant du clown.) Sur chaque rondelle de gâteau placer une boule de crème à la glace à la vanille avec son cornet, celui-ci un peu de travers comme un bonnet mis sur l'oreille. Planter rapidement dans la crème deux petits raisins pour les yeux, un raisin ou un petit bonbon rouge pour la bouche du clown. Servir immédiatement.

Ce dessert, peu compliqué après tout, a le don de charmer les enfants qui le trouvent toujours nouveau et amusant.

CHARLOTTE RUSSE

De nos jours, les charlottes s'appellent souvent poudings à la glacière. Le dessert est le même mais le vieux nom est bien plus joli. Enfin, dans les deux cas il s'agit d'un moule de crème et de gâteau mis à prendre à la glacière. On procède généralement comme suit:

1° Doubler entièrement un moule avec des doigts de dames, ou des biscuits. (Côté arrondi vers l'extérieur.) Remplir avec la garniture de son choix. Laisser reposer 24 heures. Démouler et garnir de fruits et de crème fouettée.

2° Tailler des doigts de gâteau dans un gâteau éponge ou un gâteau au chocolat, en garnir un moule. Remplir d'une garniture, mettre à la glacière 24 heures. Démouler, décorer et servir.

3° Prendre un gâteau éponge rond ou en forme de pain, le remettre dans son moule, puis le creuser avec précaution pour avoir comme une coquille mince mais encore assez solide. Remplir d'une garniture, laisser reposer au frais 24 heures. Tourner, décorer et servir.

La garniture peut consister de crème fouettée, d'une crème pâtissière ou cossetarde, d'un blanc-manger ou d'une gelée fouettée avec ou sans fruits.

CHARLOTTE A L'ORANGE

1 tasse d'eau
½ tasse de sucre
1 c. à soupe de gélatine
1 c. à soupe de jus de citron
½ tasse de jus d'orange (pas coulé)
zeste râpé de l'orange
¼ livre de bouchées de guimauve
1 tasse de crème épaisse
1 tasse de noix hachées

Bouillir ensemble l'eau et le sucre durant 20 minutes. Faire amollir la gélatine dans un peu d'eau froide, ajouter avec le jus de citron au sirop bouillant, retirer du feu et ajouter le jus et le zeste d'orange. Faire refroidir et quand le mélange commence à épaissir, fouetter jusqu'à ce qu'il soit mousseux. Ajouter la crème fouettée et les bouchées de guimauve coupées en quatre. Mélanger à fond.

Dans un moule doublé de gâteau, placer un rang du mélange à l'orange, un rang de gâteau défait en miettes, et ainsi de suite jusqu'à ce que le moule soit rempli. Laisser refroidir à fond. Au moment de servir, démouler et couvrir entièrement d'une couche de crème fouettée sucrée et aromatisée au goût.

La charlotte à l'orange constitue un de ces desserts de luxe comme on les veut pour les grandes occasions.

CHARLOTTE RUSSE

Doubler le fond et les côtés d'un moule avec du papier ciré épais. Disposer des doigts de dames dans le fond et tout autour du moule en ayant soin de placer le côté arrondi vers l'extérieur.

Fouetter 1 chopine de crème épaisse, la sucrer avec du sucre en poudre ou du sucre à fruits. Faire amollir 1 enveloppe de gélatine dans 3 c. à soupe d'eau froide, mettre fondre au-dessus de la vapeur. Aromatiser la crème avec 1 c. à soupe de liqueur — noyau, orange, au choix — ou avec un peu de vanille. Ajouter la gélatine fondue et continuer à fouetter un moment ou jusqu'à ce que la crème commence à prendre. Verser dans le moule qui attend et mettre au froid.

LA CREME A LA GLACE FAITE A LA MAISON

Si les votes étaient pris, on verrait que la crème à la glace faite à la maison est le plus populaire des desserts.

Les enfants se chargent volontiers de faire prendre la crème à la glace avec toute la besogne qui s'y rattache, et c'est là une façon comme une autre de les occuper utilement.

Mais comme il ne faut pas décourager les bonnes volontés, la maîtresse de maison aura soin de préparer bien d'avance la sauce afin qu'elle soit déjà très froide quand elle entre dans la sorbetière et qu'elle prenne très vite, avec aussi peu de glace que possible.

Pas besoin d'expliquer ici que la sorbetière doit être bien nette et qu'il faut prendre garde qu'il n'entre pas de saumure dans la crème.

La crème à la glace a besoin d'être brassée mais d'autres desserts glacés, les sorbets par exemple, peuvent être simplement mis dans la sorbetière bien capitonnée de glace et de sel ou placés dans le compartiment froid du réfrigérateur.

Le temps de tourner le dessert, il est bon que le mélange de glace et de sel soit de 8 parties de glace pour 1 de gros sel et, pendant que le dessert durcit, 4 parties de glace pour 1 de sel.

Quand la crème est assez prise pour qu'on cesse de tourner, il faudrait enlever le fouet de la machine car les branches nuiraient au moment de servir.

La sorbetière enveloppée de plusieurs doubles de journaux semble exiger moins de glace qu'une autre et le dessert est bien plus ferme.

La crème à la glace est à son mieux comme saveur et consistance quand elle attend et mûrit 3 ou 4 heures, bien au froid dans son capitonnage de glace salée.

CREME A LA GLACE FAVORITE

1 pinte de lait
1¼ tasse de sucre
3 œufs
2 c. à thé de vanille ou
2 carrés de chocolat
1 ou 2 tasses de crème épaisse

Mettre chauffer le lait. Battre les œufs, ajouter le sucre, puis un peu de lait chaud. Ajouter ce mélange au lait qui chauffe et laisser épaissir un peu sur un feu doux, sans bouillir. Le mélange est assez cuit quand il adhère à la cuiller. Retirer

du feu et ajouter soit du chocolat, soit de la vanille; brasser pour mélanger et laisser refroidir à fond. Fouetter la crème, la combiner avec la sauce et verser le tout dans la sorbetière. Tourner jusqu'à ce que la crème épaississe un peu. Ouvrir la machine et enlever le fouet pour pouvoir servir plus aisément la crème durcie. Piler la crème et laisser durcir 3 ou 4 heures.

Servir la crème nature avec du sirop d'érable de conserve, la crème à la vanille avec une sauce au chocolat.

MOUSSE A L'ERABLE

1 tasse de lait bouillant
2 jaunes d'œufs
pincée de sel
½ tasse de sirop d'érable
2 blancs d'œufs
1 tasse de crème épaisse

Verser lentement le lait sur les jaunes d'œufs battus et salés, mettre au bain-marie et brasser jusqu'à ce que le liquide colle à la cuiller. Retirer du feu, tamiser si nécessaire, ajouter le sirop d'érable et mettre refroidir. Verser dans une petite sorbetière et congeler. Quand le mélange ressemble à une bouillie, ajouter les blancs d'œufs battus en neige ferme et la crème fouettée. Congeler de nouveau. La mousse prend toute sa saveur après plusieurs heures seulement. Servir dans des coupes et garnir de noix hachées.

SORBET AU CITRON

½ tasse de jus de citron
1 c. à thé de zeste de citron
2 tasses de sucre
4 tasses de lait riche
1 tasse de crème

Râper le zeste de citron, l'ajouter au jus et au sucre. Laisser reposer le temps de dissoudre le sucre et ajouter ce sirop au lait et à la crème. Congeler comme d'habitude. Ce dessert est délicieux en plus d'être facile à préparer et très bon marché.

SORBET A LA RHUBARBE

Cuire 1 pinte de rhubarbe coupée en morceaux d'un pouce avec 1 tasse d'eau. Passer au tamis. Prendre 1¼ tasse de la purée de rhubarbe, ajouter ¾ tasse de sucre, brasser pour faire dissoudre le sucre. Ajouter lentement à 1 pinte de lait riche. Mettre dans la sorbetière et congeler. Quand la rhubarbe est très aigre, le mélange tourne ce qui n'affecte en rien la qualité et l'apparence du sorbet une fois qu'il est congelé.

VELOUTE AUX FRUITS

1 chopine de lait riche
jus de 2 citrons
1½ banane
2 pêches
1½ à 2 tasses de sucre

Mélanger le lait et le sucre, ajouter lentement le jus de citron. Peler les bananes et les pêches, les passer au tamis, les ajouter au lait. Verser dans la sorbetière déjà bien froide; tourner de temps à autre durant les premières 20 minutes, puis laisser mûrir bien tranquille dans la sorbetière, entouré de glace et de sel.

CREME A LA GLACE A L'ORANGE

1 paquet de gelée à l'orange
2 tasses d'eau chaude
jus ½ citron
½ tasse de jus d'orange
zeste râpé ½ orange
½ tasse de sucre
1 tasse de lait
1 tasse de crème

Faire dissoudre la gelée dans l'eau bouillante, ajouter le jus de fruit et le zeste puis le sucre. Laisser refroidir le mélange et quand il épaissit, ajouter le lait et la crème fouettée. Verser dans la sorbetière bien froide, congeler.

SORBET AUX BANANES

1½ tasse de sucre
2 tasses d'eau
6 bananes mûres
2 tasses de jus d'orange
1 tasse de jus de citron
1 blanc d'œuf
2 c. à soupe de sucre

Faire un sirop avec 2 tasses d'eau et 1½ tasse de sucre, laissant bouillir 5 minutes, puis refroidir. Ecraser les bananes, les couvrir des jus d'orange et de citron. Mélanger le sirop et les fruits, mettre congeler. Quand le mélange a épaissi, le brasser et ajouter le blanc d'œuf battu en neige ferme et sucré avec 2 c. à soupe de sucre. Remettre au froid le temps que le mélange prenne et mûrisse.

POUDING ALASKA

1 brique de crème à la glace
4 blancs d'œufs
4 c. à soupe de sucre en poudre
gâteau éponge

Placer sur une planche un gâteau éponge épais d'au moins 1 pouce et assez grand pour qu'il dépasse de partout aussi d'un pouce la brique de crème à la glace qu'on va mettre dessus. Battre les blancs d'œufs en neige ferme, y ajouter le sucre. Mettre en place la crème à la glace et la recouvrir entièrement, la glacer, avec la meringue. Saupoudrer généreusement de sucre en poudre et mettre brunir à four chaud. (450°F.) Placer sur un plateau d'argent et servir immédiatement.

TORTONI EN PANIERS

1 tasse de crème épaisse
½ tasse de sucre en poudre
1 blanc d'œuf (2 si petits)
2 c. à thé de cognac ou de liqueur
½ tasse de macarons émiettés

Battre le blanc d'œuf en neige ferme. Fouetter la crème, ajouter la liqueur et le sucre, puis le blanc d'œuf et la moitié des miettes de macarons. Verser dans des petits moules de papier ciré, garnir avec le reste des miettes de macarons et mettre geler dans le compartiment froid du réfrigérateur.

DESSERTS CHAUDS

On emploie la farine Five Roses dans toutes sortes de desserts chauds que l'on varie selon les saisons de l'année. Ainsi les chaussons seront à la rhubarbe au printemps, aux petits fruits en été, aux pommes à l'automne, aux dattes, au raisin et à l'érable durant l'hiver.

Une pâte à petits pains chauds, mais plus riche qu'à l'ordinaire et combinée avec des fruits ou des confitures, donne un dessert léger et sain, ressemblant aux poudings. Le nom importe peu, chaque famille ayant de ce côté des préférences marquées, presque traditionnelles.

PATE

2 tasses de farine Five Roses
4 c. à thé de poudre à pâte
½ c. à thé de sel
1 c. à soupe de sucre
⅓ tasse de beurre ou de graisse
⅞ tasse de lait
fruits

Sasser et mélanger les ingrédients secs. Incorporer le gras avec deux couteaux ou le bout des doigts. Ajouter le sucre, puis le liquide graduellement. Avec un couteau, mélanger pour avoir une pâte molle. Tourner sur la planche enfarinée. Rouler ou tapoter pour abaisser à ½ pouce d'épaisseur. Cuire en une large feuille ou découper pour avoir des portions individuelles ou de fantaisie. Cuire à four chaud (450°F) 12 à 15 minutes. Donne 1 grand ou 6 gâteaux individuels.

Note: voir ailleurs les instructions détaillées sur la confection de la pâte à petits pains chauds.

LA GALETTE AU FRUIT

Déchirer ou trancher la pâte cuite, beurrer l'étage de dessous. Placer des fruits sucrés entre les étages et sur le dessus. Garnir de crème fouettée.

On peut préparer ce dessert avec des fraises ou autres petits fruits, des abricots ou des pêches en tranches, des bananes, une compote de pomme ou autres fruits. Servir chaud.

COMPOTE EN PATE

Préparer les fruits comme d'habitude en ayant soin d'enlever une partie du sirop s'il s'agit de fruits en conserve. Garnir un plat allant au four d'un épais rang de fruits. Sucrer au goût, ajouter à volonté un peu d'épices — muscade ou cannelle. Rouler la pâte de façon à ce qu'elle s'ajuste au plat, en couvrir les fruits, mouiller et presser les bords pour sceller au plat, en couvrir les fruits, mouiller et presser les bords pour sceller le tour. Cuire à 450°F durant 10 minutes, baisser la température du four à 375°F et cuire encore 15 à 20 minutes. Servir avec de la crème ou une sauce.

CHAUSSONS AUX FRUITS

Préparer une pâte à petits pains chauds, la rouler à ¼ pouce d'épaisseur. Couper en grands carrés. Placer une c. à soupe de fruit sur chaque carré de pâte, sucrer, mettre un rien de beurre et une pincée de cannelle. Pincer les bords de la pâte ensemble et placer les chaussons dans un plat beurré, mettre cuire au four.

GRAND-PERES

(boulettes sucrées)

Les boulettes de pâte se font avec une pâte à petits pains chauds, tout comme les chaussons.

2 tasses de farine Five Roses
4 c. à thé de poudre à pâte
½ c. à thé de sel
2 c. à soupe de beurre ou de graisse
2 c. à soupe de sucre
1 tasse de lait

Mélanger et sasser les ingrédients secs. Incorporer le gras avec le bout des doigts ou à l'aide de deux couteaux. Ajouter le liquide peu à peu. Avec un couteau mélanger pour avoir une pâte molle.

Les boulettes aux fruits se font de deux manières:

1. Prendre la pâte par cuillerée et la laisser tomber doucement sur une compote de fruit qui bout. Couvrir hermétiquement et laisser bouillir de 12 à 14 minutes. Ne pas lever le couvercle durant ce temps afin de ne pas laisser échapper la vapeur. Servir aussitôt la cuisson terminée, la compote servant de sauce aux boulettes. On peut employer une compote de pomme épicée ou de bleuets, des cerises ou de la rhubarbe.

2. Faire la pâte avec seulement ⅞ de tasse de lait, la rouler à ¼ pouce d'épaisseur. Couper en rondelles de 4 pouces. Placer au milieu de chaque rondelle de pâte une cuillerée de fruits coupés et sucrés frais ou en conserve. Mouiller les bords de la pâte les coller ensemble. Laisser tomber ces paquets dans un sirop bouillant et cuire sur le feu, dans une marmite fermant hermétiquement, durant 12 à 14 minutes. Ou encore cuire dans un four chaud (425° à 450°F) durant 15 à 20 minutes. Avoir assez de sirop pour couvrir les boulettes à moitié.

On peut fourrer ou farcir les grand-pères avec des pommes, des prunes, des figues, des dattes ou des abricots, les fruits étant tranchés, noyaux enlevés, etc. Ou bien on peut ajouter des épices, des noix ou du raisin à la pâte.

Un bon sirop pour pocher les grand-pères se fait avec 1 tasse de sirop au caramel coupé de ¾ de tasse d'eau. Chaque fois qu'il est possible, on emploiera naturellement le sirop d'érable. Il faudrait le diluer selon qu'il est plus ou moins clair . . .

SIROP DE FRUIT

¼ tasse de beurre
1 tasse de cassonade
jus de ½ citron
jus de 1 orange
1½ tasse d'eau

Mélanger les ingrédients et cuire 5 minutes avant d'ajouter les boulettes de pâte. Ne pas placer les boulettes de pâte trop près les unes des autres parce qu'il leur faut la place de lever et de gonfler.

BOULETTES A LA MARMELADE

2 tasses de sucre
1½ tasse d'eau
2 oranges sures
pâte
marmelade

Mélanger le sucre, l'eau, le jus et le zeste râpé des oranges. Bouillir 5 minutes. Aromatiser la pâte à boulettes avec un peu de zeste d'orange râpé, la pâte contenant seulement ⅞ tasse de lait. Rouler ¼ pouce d'épaisseur. Couper en rondelles, placer une cuillerée de marmelade d'orange au centre de chaque rondelle et pincer les bords ensemble. Verser le sirop bouillant dans un plat pas trop profond, placer dessus les boulettes et placer le tout dans un four chaud (425° à 450°F) durant 15 à 20 minutes.

POUDING QUATRE-SAISONS

½ tasse de graisse fine
1 tasse de sucre
¾ tasse de farine Five Roses
pincée de sel
1 pinte de fruits
½ tasse d'eau

Couvrir le fond d'un plat allant au four avec 1 pouce de fruits. Ajouter l'eau si les fruits ne sont pas très juteux. Mélanger du bout des doigts, ou avec deux couteaux, le sucre, la graisse, la farine et une pincée de sel. Verser cette pâte sur les fruits et mettre cuire au four (400°F) environ 30 minutes.

Varier les fruits selon la saison. S'il s'agit de pommes, les trancher, enlever le cœur, les placer dans le plat et ajouter l'eau. Avec la rhubarbe pas besoin d'eau du tout, ou quelques gouttes suffiront. Quand le pouding est préparé avec des dattes, par exemple, employer de la cassonade au lieu du sucre blanc et mettre un peu de cannelle dans la pâte.

POUDING CHAUMIERE

Préparer sa recette favorite de gâteau, la cuire dans une lèchefrite basse. Un gâteau au chocolat ou un pain d'épices fait tout aussi bien qu'un gâteau blanc. Tailler le gâteau en carrés tandis qu'il est encore chaud; servir avec une sauce ou masquer avec une compote de fruit.

Au temps des petits fruits, diminuer la quantité de liquide dans la recette de gâteau et ajouter à la pâte 1 tasse de bleuets ou de framboises.

POUDING

Préparer une recette de gâteau. Verser dans un plat à pouding, une bonne couche de fruits sucrés et coupés en petits morceaux. Mettre au four le temps de préparer rapidement une recette de gâteau. Verser la pâte sur les fruits chauds et cuire. Mettre au four à 375°F le temps de cuire le gâteau. Servir avec une sauce à pouding bien chaude. Il n'est pas nécessaire que les fruits soient cuits quand la pâte est versée dessus, mais il convient qu'ils soient chauds. Autrement le fond du gâteau prend trop de temps à cuire et reste pâteux.

POUDING GARNI

Préparer une recette de gâteau en diminuant le liquide à ¾ tasse. Prendre un plat peu profond, allant au four, le graisser soigneusement, verser la pâte de gâteau. Peler des pommes, enlever le cœur, les couper en huit. Placer ces quartiers de pommes sur la pâte en les enfonçant un peu d'un côté. Saupoudrer généreusement avec du sucre et de la cannelle. Mettre au four à 350°F jusqu'à ce que la pâte soit cuite et les fruits tendres. Servir chaud, en carrés accompagnés d'une sauce au citron.

En saison on pourra employer des pêches ou des abricots au lieu des pommes.

POUDING AU PAIN I

1¼ tasse de pain émietté
2 tasses de lait bouillant
2 c. à soupe de beurre
4 c. à soupe de sucre
2 œufs
pincée de sel
raisin

Mélanger le pain, le sucre, le sel et le beurre; ajouter le lait bouillant, couvrir le temps de tiédir un peu. Ajouter les œufs battus et le petit raisin. Verser dans un plat beurré et mettre à four doux (325°F) une heure environ ou jusqu'à ce que le pouding soit ferme au centre. Servir chaud ou froid, avec du lait, de la crème ou du sirop d'érable. Quand les œufs sont rares un seul peut suffire. On peut mettre seulement les jaunes d'œufs dans le pouding et faire une meringue avec les blancs. Dans ce cas les disposer sur le pouding cuit et remettre au four le temps de dorer.

Si le four est trop chaud, le pouding va tourner.

On peut varier cette recette en ajoutant du chocolat pas sucré et fondu ou des épices, du zeste d'orange ou de citron, etc.

Pour le pouding à la reine, préparer la recette avec 2 jaunes d'œufs. Quand le pouding est cuit, le couvrir d'une bonne couche de confiture ou de gelée; faire une meringue avec les 2 blancs d'œufs, 4 c. à soupe de sucre et une pincée de soda, la disposer sur le pouding et mettre dorer à four doux, (325°F). Servir chaud ou froid.

POUDING AU PAIN II

2 tasses de fruits
1½ tasse de pain émietté
½ à 1 tasse de sucre
1 citron, jus et zeste râpé
2 c. à soupe de beurre
¼ tasse d'eau ou de jus de fruit
épices au choix

Placer dans un plat beurré allant au four un rang de pain garni d'un peu de beurre puis un rang de fruits tranchés ou coupés en dés, un rang de sucre et ainsi de suite en finissant avec un rang de pain. Verser dessus le jus de citron et l'eau ou le jus de fruit, garnir de pointes de beurre. Mettre le plat au four à 350°F en ayant soin de le couvrir durant les premières 20 minutes de la cuisson. Cuire de 45 à 50 minutes.

N'importe quels fruits peuvent servir dans un pouding de ce genre mais il faudra plus ou moins de sucre selon que les fruits employés sont plus ou moins acides. Avec des pommes, par exemple, la cuisinière voudra épicer son dessert avec un peu de cannelle ou de cassonade, et ainsi de suite.

POUDING RENVERSE

Préparer une pâte de gâteau au choix. Dans un moule à gâteau épais, mettre fondre 3 c. à soupe de beurre. Ajouter ¼ tasse de cassonade, mélanger les deux; disposer des tranches de fruits dans le fond du moule et verser dessus la pâte de gâteau. Cuire à four modéré puis tourner le pouding sur un joli plat de façon à ce que les fruits soient sur le dessus. Servir avec de la crème fouettée ou une sauce à pouding bien chaude. L'ananas garni de noix est délicieux avec une pâte éponge et la rhubarbe fait bon ménage avec le pain d'épice. Le dessert est d'autant plus joli que les fruits ont été disposés dans le fond avec goût.

POUDING-SOUFFLE A L'ORANGE

3 œufs
1 tasse de lait bouillant
½ tasse de sucre
1 tasse de pain émietté
⅔ tasse de jus d'orange
zeste râpé de 2 oranges
2 c. à thé de jus de citron

Mélanger le pain, le lait, le sucre et le zeste d'orange. Ajouter lentement le jus de fruit. Ajouter les jaunes d'œufs bien battus, envelopper dans le mélange les blancs d'œufs battus en neige ferme. Cuire à four doux (325°F) de 45 à 60 minutes ou jusqu'à ce que le pouding soit ferme au centre. Servir avec de la crème.

SUPREME DE FRUITS

1 tasse de dattes hachées
1 tasse de noix cassées
3 œufs battus
1 tasse de sucre
6 c. à soupe de farine Five Roses
1 c. à thé de poudre à pâte
pincée de sel

Ajouter le sucre aux œufs battus et continuer à fouetter. Ajouter les ingrédients secs, les fruits et les noix. Bien mélanger et verser dans un moule plat, bien beurré.

Cuire à four doux (300°F) une trentaine de minutes. Couper en carrés et servir chaud ou froid, avec de la crème fouettée. C'est un dessert délicieux mais très riche.

CREME JONQUILLE

3 c. à soupe de tapioca cuisson rapide
½ tasse de miel
2 tasses d'eau bouillante
2 c. à soupe de jus de citron
3 œufs
1 c. à soupe de beurre
pincée de sel

Mouiller le tapioca avec de l'eau froide, et verser dans l'eau bouillante, saler. Cuire jusqu'à ce que cette crème soit transparente. Battre les jaunes d'œufs, ajouter le miel, le jus de citron et le beurre, verser lentement sur le tapioca bouillant et mélanger. Cuire, toujours au bain-marie, jusqu'à épaississement soit une vingtaine de minutes. Verser dans un plat beurré, garnir d'écorce de citron confite. Couvrir d'une meringue faite avec les blancs des œufs et 4 c. à soupe de miel. Dorer à four doux.

POUDING AU RIZ

4 c. à soupe de riz
⅓ tasse de sucre
pincée de sel
1 c. à soupe de beurre
4 tasses de lait
muscade ou vanille

Laver le riz, ajouter le sucre, le sel et le lait. Verser dans un plat beurré, ajouter un peu de vanille ou saupoudrer de muscade. Mettre au four (250° à 350°F) durant 2 à 3 heures. Brasser plusieurs fois durant la première partie de la cuisson afin que le riz ne reste pas dans le fond du plat. Ce pouding à l'ancienne mode est très crèmeux. Pour avoir un pouding solide, mettre 7 c. à soupe de riz et 1 pinte de lait Le pouding peut se faire avec du lait évaporé et de l'eau.

POUDINGS A LA VAPEUR

Les poudings d'autrefois regorgeaient de suif. La cuisinière les mettait cuire dans un linge enfariné qu'elle laissait tomber dans l'eau bouillante. Il en résultait un dessert fort indigeste dont l'enveloppe était pâteuse et peu appétissante. De nos jours la cuisinière fait souvent ses poudings avec une pâte à petits pains chauds, une pâte légère dans laquelle la farine Five Roses est à son mieux. Ces poudings sont ensuite cuits à la vapeur dans des moules à couvercle ou dans des bols bien fermés avec un papier à l'épreuve de l'eau, avec le résultat que les poudings sont aussi légers et secs que s'ils avaient cuit au four.

COMMENT CUIRE LE POUDING

Pour qu'un pouding soit léger et tendre, il faut organiser la cuisson avec soin. Le moule et son couvercle seront bien beurrés, puis remplis seulement aux deux-tiers afin que la pâte ait tout l'espace qu'il lui faut pour lever. Un bon papier brun

vaut mieux qu'un papier ciré quand il s'agit de fermer les moules. Attacher solidement avec une ficelle. Quand le moule à pouding comprend un couvercle, il est bon de mettre un double de papier beurré avant d'ajouter le couvercle.

Faute d'une marmite spéciale, il faut placer le pouding sur une assiette renversée ou sur un gril mis dans le fond du chaudron pour permettre à la vapeur de circuler tout le tour. L'eau doit bouillir à gros bouillons dans la marmite quand on y descend le pouding et elle doit continuer à bouillir tout le temps de la cuisson. S'il faut ajouter de l'eau, que ce soit de l'eau bouillante.

Sortir le pouding de son moule dès qu'il est retiré de l'eau. Quand il s'agit d'un pouding cuit d'avance, par exemple un pouding de Noel qui doit mûrir durant quelque temps, il faut le mettre refroidir sans tarder puis le placer dans une boîte ou une jarre bien couverte qui sera mise dans un endroit sec et frais. Remettre dans le moule et chauffer à la vapeur une heure ou deux avant de servir.

Généralement les boîtes de café d'une livre ou même les boîtes de poudre à pâte font de bons moules à pouding du moment qu'on les remplit aux deux-tiers seulement.

Savez-vous qu'il est facile et commode de cuire en une seule fois 3 ou 4 sortes de poudings ? Préparer une grosse recette de pâte, puis ajouter des figues au quart de la pâte, des dattes à la deuxième partie, du raisin à l'autre et de la marmelade à la dernière. Faire cuire ensemble dans la bouilloire à linge.

Une façon commode de cuire les poudings de tous les jours consiste à les mettre tout simplement dans le bain-marie bien beurré. La durée de la cuisson correspond à la cuisson par la vapeur et varie selon le type de pouding. Seulement quand vient le temps de trancher le pouding on s'aperçoit que c'est plus difficile que d'habitude probablement à cause de la forme de la marmite employée.

POUDING MODELE FIVE ROSES

2 tasses de farine Five Roses
4 c. à thé de poudre à pâte
½ c. à thé de sel
3 c. à soupe de beurre ou graisse
3 c. à soupe de sucre
1¼ tasse de lait

Sasser les ingrédients secs, ajouter le gras et mélanger du bout des doigts ou avec 2 couteaux. Ajouter le sucre, puis le lait graduellement, en mélangeant avec un couteau, pour avoir une pâte ferme. Ajouter des fruits, des épices au goût. Remplir des moules aux deux-tiers et cuire à la vapeur 2 heures durant.

Pour varier on peut mettre un rang de fruit entre deux rangs de pâte ou tout doubler le moule de pâte et mettre les fruits au milieu, etc.

COMMENT GLACER UN POUDING

Enrober le fond et les côtés du moule à pouding avec un mélange de 2 c. à soupe de beurre et ¼ tasse de cassonade. Durant la cuisson cet enduit prend consistance de tire et c'est délicieux surtout dans un pouding aux pommes, à la rhubarbe, aux pêches ou aux dattes. Tourner le pouding pour le servir.

POUDING AU NEGRILLON

¾ tasse de mélasse
1 œuf battu
1 c. à thé de soda à pâte
½ tasse de lait frais ou sur
1½ tasse de farine Five Roses
2 c. à thé d'épices mélangées
1 tasse de petit raisin
pincée de sel
2 c. à soupe de graisse fondue

Ajouter la mélasse à l'œuf battu, puis le soda dissous dans le lait. Ajouter la farine, les épices et le sel, battre pour avoir une pâte lisse. Ajouter le raisin et à l'occasion des noix cassées, puis la graisse fondue. Cuire au bain-marie une couple d'heures. Servir avec une sauce.

POUDING AU SUIF

1¼ tasse de lait sur
½ tasse de sirop de blé d'inde
1 tasse de farine Five Roses
1½ tasse de miettes de pain rassis
1 tasse de suif haché
pincée de sel
2 c. à soupe de cassonade
1 c. à thé de soda à pâte
1 c. à soupe d'eau bouillante
1 tasse de raisin (corinthe ou sultana)
1½ c. à thé d'épices mélangées.

Mélanger et sasser ensemble la farine, le sel et les épices. Ajouter le pain, le suif, le sucre et le raisin. Mélanger le lait et le sirop, les ajouter au reste. Ajouter le soda dissous dans l'eau bouillante, mélanger à fond. Remplir aux deux-tiers des moules bien beurrés, attacher et cuire à la vapeur 2 heures.

Cette pâte est fort légère et la saveur délicate. On peut y ajouter des dattes, des figues ou du chocolat et de cette façon la varier pour la servir plus souvent.

PLUM POUDING

1¼ tasse de farine Five Roses
½ c. à thé de cannelle
½ c. à thé de muscade
¼ c. à thé de clou
½ c. à thé de sel
1½ tasse de pain rassis en miettes
1½ tasse de suif haché
1½ tasse de cassonade
1 tasse de raisin sultana
1 tasse de raisin sans pépin
1 tasse de raisin épépiné
1 tasse de raisin de corinthe
1 tasse de figues hachées
1½ tasse d'écorces confites hachées
¾ tasse d'amandes blanchies et tranchées
1 tasse de cerises confites coupées en deux
½ tasse de miel
4 œufs battus
½ tasse de jus de fruit, vin ou cognac
½ tasse de lait
½ c. à thé de soda dissous dans 1 c. à soupe d'eau bouillante

Ce pouding est ce qu'il y a de mieux en fait de pouding de Noel. Selon que le pain est plus ou moins rassis, il faut plus ou moins de lait: peut-être ⅔ tasse au

lieu de ½ tasse. Mélanger les ingrédients dans l'ordre donné, remplir aux deux-tiers des moules bien beurrés. Couvrir d'un papier brun graissé, attacher un linge par-dessus et cuire à la vapeur durant 5 heures. Remettre à la vapeur 2 heures avant de servir.

Un pouding de ce genre doit être préparé au moins un mois d'avance pour que la saveur prenne toute sa valeur.

POUDING CAROTTE

1 tasse de carottes râpées
1 tasse de patates râpées
1 tasse de farine Five Roses
1 tasse de sucre
¾ tasse de raisin épépiné
½ tasse de raisin de corinthe
½ tasse de graisse ou ¾ tasse de suif haché
½ c. à thé de clou
½ c. à thé de muscade
½ c. à thé de cannelle
1 c. à thé de soda

Râper les légumes crus. Mesurer. Défaire la graisse en crème, ajouter le sucre, bien mélanger; ajouter les carottes et la moitié des patates, mélanger. Saupoudrer les fruits de farine, les ajouter au mélange. Ajouter la farine Five Roses et les épices sassées ensemble. Dissoudre le soda dans ce qui reste de patates, ajouter au reste et mélanger délicatement. Verser dans des moules bien graissés, couvrir et attacher; cuire à la vapeur durant 3 heures.

SAUCES POUR LES DESSERTS

Une bonne sauce transformera le plus simple des poudings en un dessert délicieux. Une cuisinière peut répéter très souvent les mêmes plats à condition de varier ses sauces. La farine Five Roses donne des sauces bien lisses et de saveur délicate.

SAUCE VANILLE

2 c. à soupe de beurre
2 c. à soupe de farine Five Roses
1¼ tasse de lait riche
pincée de sel
3 ou 4 c. à soupe de sucre
¾ c. à thé de vanille

Mettre fondre le beurre, ajouter la farine et bien mélanger. Ajouter graduellement le lait chaud. Brasser sur le feu jusqu'à ce que le mélange épaississe, ajouter le sucre et le sel. Couvrir et cuire au bain-marie 10 minutes de plus, environ, en brassant de temps à autre. Retirer du feu, aromatiser.

Pour varier la sauce, on y ajoute du chocolat pas sucré, du sirop de caramel ou de chocolat, des extraits de citron, d'orange ou de ratafia. Pour avoir une sauce plus riche, on y ajoute 1 ou 2 jaunes d'œufs battus, 2 minutes avant la fin de la cuisson. Aromatiser au moment de servir et envelopper dans la sauce le blanc d'œuf battu en neige ferme. Pour éviter que le jaune d'œuf se coagule, y ajouter un peu du liquide chaud avant de le verser dans le bain-marie.

SAUCE CITRON

½ tasse de sucre **pincée de sel**
1 c. à soupe de fécule de maïs **1¼ tasse d'eau bouillante**
2 c. à soupe de jus de citron **2 c. à soupe de beurre**

Mélanger le sel, le sucre et la fécule de maïs, ajouter à l'eau bouillante en brassant continuellement. Cuire 5 minutes, retirer du feu, ajouter le jus de citron et le beurre. La sauce ne doit pas être laiteuse. Pour avoir une sauce plus épaisse, employer seulement 1 tasse d'eau. C'est bon même sans beurre.

Pour une sauce à l'orange employer du jus d'orange au lieu du citron et ajouter le zeste râpé de l'orange au sucre, etc.

SAUCE NEIGEUSE

2 blancs d'œufs **1 grosse orange**
pincée de sel **½ citron**
⅔ tasse de sucre en poudre

Battre les blancs d'œufs et le sel en neige ferme, ajouter lentement le sucre en continuant à battre. Ajouter le jus et le zeste râpé de l'orange et le jus du citron. Servir avec un pouding chaud. Une sauce de ce genre donne un air de fête au plus simple des poudings chaumières.

SAUCE COSSETARDE

1½ tasse de lait **pincée de sel**
2 jaunes d'œufs **essence vanille ou autre**
3 c. à soupe de sucre

Chauffer le lait au bain-marie. Battre les jaunes d'œufs avec le sucre et le sel, y ajouter un peu de lait bouillant et verser dans le reste du lait. Laisser épaissir, et quand la sauce colle à la cuiller retirer du feu, couler et mettre refroidir. Quand c'est froid, ajouter l'essence qui peut être du citron, de l'orange, du chocolat ou du caramel.

SAUCE AU BEURRE

1 c. à soupe de beurre **1 blanc d'œuf**
1 tasse de sucre en poudre **vanille**
1 c. à soupe de crème

Défaire le beurre en crème, y ajouter le sucre et la crème, puis la vanille. Ajouter le blanc d'œuf battu en neige ferme et 3 c. à soupe de sucre en poudre de plus. Bien mélanger et placer dans une coupe de verre pour servir avec un pouding aux fruits ou aux épices.

SAUCE AU COGNAC ANCIENNE MODE

2 œufs **3 c. à soupe de cognac**
1 tasse de sucre en poudre

Battre les blancs d'œufs en neige ferme, y ajouter la moitié du sucre. Battre

les jaunes et quand ils sont pâles, ajouter le reste du sucre. Combiner les deux mélanges et ajouter le cognac. A défaut de cognac, prendre du sherry.

SAUCE AUX FRAISES

⅓ tasse de beurre
1 tasse de sucre en poudre
⅔ tasse de fraises

Défaire le beurre en crème, ajouter le sucre petit à petit, puis les fraises en brassant bien entre chaque addition. Servir avec un simple pouding.

MERINGUE A L'ITALIENNE

1½ tasse de sucre
½ tasse d'eau
2 blancs d'œufs
1 tasse de crème à fouetter

Cuire ensemble le sucre et l'eau et quand le sirop fait de longs fils verser lentement sur les blancs d'œufs battus en neige ferme. Quand c'est froid, envelopper dans cette neige la crème fouettée. Etendre en couche épaisse sur un pouding ou un moule de gelée aux fruits.

SAUCE AU MIEL RAPIDE

Ajouter un peu de zeste d'orange râpé à ⅔ tasse de miel, ajouter ½ tasse de crème claire et verser sur un pouding au riz ou un pouding-chaumière.

SAUCE A L'ANANAS

½ tasse d'ananas râpé
¼ tasse de sucre
½ tasse de crème épaisse

Mélanger le sucre et l'ananas et laisser reposer 1 heure. Au moment de servir, fouetter la crème, l'ajouter au fruit sucré.

SIROP DE CHOCOLAT

½ tasse de cacao
½ tasse d'eau froide
¼ tasse d'eau bouillante
½ tasse de sucre
1 c. à thé de vanille

Mélanger le cacao et l'eau froide, ajouter l'eau bouillante et le sucre. Mettre bouillir 3 minutes en brassant pour éviter que le mélange prenne au fond. Quand c'est presque froid ajouter la vanille et verser dans un pot stérilisé. Placer dans un endroit froid. Diluer au goût au moment de servir. Cette sauce peut servir à aromatiser des poudings, tartes, sauces, boissons chaudes ou froides.

SIROP DE CARAMEL

Mettre fondre ¼ tasse de sucre dans une petite marmite bien lisse et laisser prendre couleur. Ajouter lentement ½ tasse d'eau bouillante. Brasser pour fondre le caramel, ajouter ½ tasse de sucre et cuire pour avoir un sirop épais. Mettre dans un pot stérilisé pour servir au besoin.

SIROP DE CARAMEL AU BEURRE

Cuire ensemble 2 c. à soupe de beurre et ¼ tasse de cassonade. Employer pour donner la saveur voulue à des poudings, crèmes, etc.

Bonbons



Les bonbons faits à la maison ont un charme tout particulier bien qu'ils soient plutôt faciles à préparer. Le procédé est encore simplifié quand on possède un thermomètre pour le sucre, mais avec un peu d'attention on peut se fier à l'épreuve de l'eau froide.

La boule molle (236 à 240°F) veut dire qu'une goutte tombant dans la tasse d'eau très froide forme une boule qui perd immédiatement sa forme si on tente de la pincer entre le pouce et l'index. La boule dure (242 à 248°F) gardera sa forme une couple de secondes quand on la sort de l'eau, et la boule cassante (250 à 265°F) garde sa forme au point qu'on peut la rouler sur une assiette beurrée, froide. Ensuite vient la période 270 à 290° F, quand les fils sont cassants dans l'eau et mous en sortant. Enfin vers 300°F, les fils restent cassants en sortant de l'eau.

Le sucre à la crème et le sucre au chocolat, ou fudge, sont à leur mieux quand ils sont à la fois très fermes et crèmeux. Pour y parvenir on emploie une petite quantité de sirop de blé d'inde ce qui empêche la granulation. On aura soin de ne pas brasser une fois que le mélange a commencé à bouillir et de laisser refroidir un peu avant de brasser quand c'est cuit.

Durant la cuisson, le sucre gonfle, il faut donc choisir la grandeur de la marmite en conséquence, pour que le sirop puisse monter à loisir.

SUCRE AU CHOCOLAT

2 tasses de sucre
2 carrés de chocolat pas sucré ou 4 c. à soupe de cacao
2 c. à soupe de sirop de blé d'inde
⅔ tasse de lait
2 c. à soupe de beurre (3, si on emploie du cacao)

Mélanger le sucre, le chocolat en petits morceaux (ou le cacao) le sirop de blé d'inde et le lait. Cuire lentement jusqu'au stage de la boule molle. Retirer du feu, ajouter le beurre sans le mêler et laisser refroidir. Brasser jusqu'à épaississement, étendre dans un plat beurré et marquer en carrés. Couper quand c'est parfaitement pris.

Le sucre au chocolat est fort bon quand on y ajoute du petit raisin ou du riz perlé juste avant qu'il épaississe trop pour être brassé plus longtemps

SUCRE AU COCO

2 tasses de sucre
1 tasse de lait
2 c. à soupe de sirop de blé d'inde
1 c. à soupe de beurre
1 tasse de coco râpé
2 gouttes d'huile de vanille

Mélanger le sucre, le lait, et le sirop de blé d'inde. Cuire au stage de la boule molle ou un peu plus. Retirer du feu. Ajouter le beurre et la vanille. Brasser et quand le mélange épaissit ajouter le coco. Brasser encore, verser dans un plat

beurré quand il est impossible de continuer à brasser. On pourrait omettre le beurre et le sirop de blé d'inde si on n'a pas ces ingrédients sous la main mais ils donnent une meilleure consistance au sucre.

SUCRE A LA CREME

2 tasses de sucre d'érable
1 tasse de crème riche
2 c. à soupe de sirop de blé d'inde
noix de grenoble

Si le sucre est en pain, en prendre une livre, le casser par petits morceaux et le mettre fondre sur le feu avec une demi-tasse d'eau. Quand il sera fondu, ajouter la crème et le sirop de blé d'inde. Cuire un peu plus que la boule molle. Retirer du feu, ajouter les noix de grenoble cassées. On peut mettre jusqu'à une tasse de noix, ou beaucoup moins, selon les circonstances. Quand le sirop a refroidi, le brasser jusqu'à ce qu'il devienne très épais. Verser dans un plat beurré et marquer en carrés.

DIVINITE

2½ tasses de sucre
⅔ tasse de sirop de blé d'inde
½ tasse d'eau
2 blancs d'œufs battus en neige
2 gouttes d'huile de vanille
pincée de sel

Mélanger le sucre, le sirop et l'eau. Brasser de temps à autre tandis que le mélange chauffe mais pas une fois qu'il commence à bouillir. Battre les œufs en neige ferme après y avoir mis une pincée de sel. Quand le sirop fait une boule dure dans l'eau froide, verser lentement le sirop bouillant sur les blancs d'œufs en brassant constamment avec le moulin d'abord, puis avec une grande cuiller quand le mélange est trop épais. C'est une opération qui se fait plus facilement à deux. Ajouter la vanille et quand le mélange se tient, le verser dans un plat beurré, ou le laisser tomber par petites bouchées sur un papier ciré.

On peut varier la recette en employant du sucre d'érable au lieu du sucre blanc. Ou encore en ajoutant deux carrés de chocolat fondu au mélange chaud. A la recette blanche on peut ajouter des noix ou des cerises confites.

TIRE A LA MELASSE

3 tasses de mélasse
1½ tasse de sucre blanc
1 tasse d'eau
une bonne pincée de soda
¼ tasse de beurre
noix de grenoble

Cuire le sucre, l'eau et la mélasse jusqu'au stage de la boule dure ou un peu plus. (Plus la tire est cuite, plus elle est facile à étirer.) Il faudra surveiller le mélange parce qu'il brûle facilement. Ajouter le soda et le beurre, verser dans des assiettes beurrées et mettre à refroidir.

Comme le tour de l'assiette refroidit plus vite que le centre, surveiller la tire et replier les bords. Autrement le tour est cassant tandis que le milieu est trop chaud pour qu'on puisse y toucher. Quand la tire est bonne à manier, l'étirer à la couleur voulue. On peut alors la couper en bouchées avec des ciseaux. On peut aussi prendre

des rouleaux de tire, les étirer sur le travers pour avoir des bandes étroites. On y place des noix de grenoble cassées et on roule comme un gâteau roulé. On coupe par bouchées avec un grand couteau assisté d'un marteau.

SUCRE AU CHOCOLAT (sans cuisson)

1 blanc d'œuf
2 c. à soupe de crème
2 tasses de sucre en poudre (environ)
1 carré de chocolat pas sucré
vanille
noix

Mélanger blanc d'œuf et crème, y ajouter petit à petit le sucre en poudre tamisé au préalable. Quand on a une pâte lisse, y ajouter le chocolat fondu et un peu de vanille, bien mélanger. Etendre sur un plat beurré, marquer en carrés, et laisser durcir. On peut soit ajouter des noix au mélange, soit en décorer les carrés.

SUCRE AUX ARACHIDES

2 tasses de sucre
1 petite boîte de lait évaporé (ou l'équivalent de crème)
2 carrés de chocolat pas sucré
2 c. à soupe de beurre
1 tasse de beurre d'arachide

Bouillir ensemble le sucre, le lait, le chocolat et le beurre jusqu'au stage de la boule molle. Retirer du feu, ajouter le beurre d'arachide. Brasser jusqu'à ce que le mélange épaississe, verser dans un plat beurré. Couper en carrés quand c'est froid.

FRUITS OU NOIX PRALINES

2 tasses de sucre blanc
1 tasse d'eau bouillante
¼ c. à thé de crème de tartre
noix ou petits fruits

Faire un sirop avec le sucre, l'eau et la crème de tartre dans une marmite bien lisse. Bouillir sans brasser jusqu'à ce que le sirop commence à prendre couleur. Surveiller la cuisson et, avec un linge humide enroulé sur une fourchette, enlever des côtés de la marmite les grains qui vont s'y former. Retirer du feu et placer la marmite dans une autre remplie d'eau froide. Mettre sur une marmite d'eau chaude quand vient le moment de tremper les noix et les fruits.

Enfiler les noix et les fruits, un à la fois, sur une grande aiguille, les tremper dans le sirop, puis les placer sur un papier ciré épais. On peut se servir de n'importe quelles noix, de dattes au naturel ou farcies, de figues, quartiers d'orange, bouchées d'ananas, etc., etc. Il faut prendre garde que les morceaux soient assez petits et choisir un jour sec pour préparer les bonbons.

POMMES EN SUCRE

Préparer deux fois la quantité de sirop nécessaire pour les fruits pralinés. Laver et sécher des petites pommes bien saines et savoureuses, piquer dans chacune une épingle de bois. Tremper dans le sirop chaud de façon à couvrir entièrement la pomme. Egoutter sur un papier ciré. Les enfants adorent ces pommes.

Garnissons les tablettes de la dépense



La bonne maîtresse de maison tient beaucoup à ce que sa cave ou sa dépense regorgent de richesses; que sur les tablettes les pots de confitures, les flacons de marinades, les bouteilles de jus de fruit et de légume, les boîtes de conserves soient aussi nombreuses que possible.

Une dépense bien garnie veut dire que la ménagère a su tirer parti des saisons d'abondance, qu'elle sait prévoir, qu'elle a le tour d'organiser son affaire. De nos jours c'est là une grosse tâche et qui devient chaque année plus fascinante. Un peu plus compliquée aussi. La tâche est fascinante parce qu'il est maintenant possible d'avoir en toute saison des fruits et légumes qui durent trois semaines au plus. Elle est compliquée parce qu'à mesure du progrès il y a des façons nouvelles de conserver les aliments.

Dans bien des cas, le procédé n'est pas encore tout à fait au point ou les ustensiles sont à peu près introuvables. Mais ils ont quand même le pouvoir de démoder les vieilles façons de s'y prendre au point que les recettes ordinaires ne valent plus grand chose.

D'un autre côté, la rareté de bien des comestibles durant la guerre et pour un temps assez long après a fait que les cuisinières canadiennes ont adopté certaines recettes parce qu'il le fallait et non parce qu'elles y tenaient. Il faudra un certain temps avant que les choses reprennent leur cours normal et plus de temps encore avant que les recettes soient définitivement adoptées ou rejetées.

Mais chaque année le Ministère de l'Agriculture à Ottawa, les maisons de produits alimentaires, quelquefois les écoles ménagères, et tous les cercles de fermières offrent aux intéressées des conseils précieux et très à la page, des conseils pratiques pour le temps. Les femmes de chez nous se feront donc un devoir de se tenir au courant. Elles garniront les tablettes de la dépense en tenant compte des dernières données de la science tempérées par une saine gourmandise.

MARMELADE D'ABRICOT

1 livre d'abricots secs — **sucre**
1 boîte d'ananas en dés (16 onces)

Laver les abricots, les faire tremper durant 24 heures dans assez d'eau froide pour couvrir. Peser avant de mettre au feu et compter ¾ livre de sucre par livre d'abricots et d'eau. Faire cuire les abricots sans sucre durant ½ heure, ajouter le sucre et la boîte d'ananas. Cuire 20 minutes de plus. Verser dans des pots stérilisés.

MARMELADE A LA MENAGERE

1 pamplemousse
2 oranges
2 citrons
sucre

Laver les fruits, presser le jus, passer les écorces au hache-viande. Ajouter 3 tasses d'eau (à peine) pour chaque tasse de fruit. Laisser tremper toute la nuit. Mettre bouillir 1½ heure. Laisser refroidir. Mesurer et pour chaque tasse ajouter 1 tasse de sucre. Mettre bouillir 1 heure. Verser dans des pots stérilisés.

CONFITURE A LA ROSE

1 chopine de "rose-hips" bien bien mûres
2 chopines d'eau bouillante
¾ livre de pommes pour cuire
2 livres de sucre

Laver les roses, les mettre à l'eau bouillante et laisser mijoter jusqu'à ce qu'elles soient tendres et molles. Ecraser avec la cuiller de bois et passer comme de la gelée en laissant égoutter toute la nuit. Ajouter de l'eau si nécessaire pour avoir 1½ chopine de liquide. Cuire les pommes avec ½ tasse d'eau, couler la compote. Mélanger le jus et la compote, mettre au feu. Ajouter le sucre au mélange bouillant, brasser un peu pour dissoudre le sucre et laisser épaissir au goût. Cette confiture est très aimée en Angleterre.

GELEE AU PIMBINA

pimbina après la gelée
sucre

Laver le pimbina, prendre juste les grains sans tiges, mettre au feu avec assez d'eau pour couvrir. Quand le jus est sorti, le couler; mesurer 1 tasse de sucre par tasse de jus et mettre bouillir jusqu'à ce que la gelée prenne.

Le pimbina pousse seulement chez nous, il fait une gelée délicieuse. Autrefois on en faisait aussi des confitures fort appréciées. Il est probable qu'on pourrait embouteiller le jus avec autant de succès que le jus de tomate ou de raisin. La tradition s'accorde ici avec la gourmandise pour exiger que dans chaque dépense on trouve un peu de pimbina. La gelée est aussi facile à préparer que la gelée de pomme — bien plus, parce que la grosse graine du pimbina laisse le jus clair et facile à couler. Pour ménager le sucre on voudra peut-être employer de la pectine. Dans ce cas suivre la recette habituelle pour la gelée de pomme préparée de cette façon.

CITRONNADE

2 onces d'acide citrique
1 once d'acide tartarique
½ once de sel d'Epsom
6 livres de sucre
jus de 9 citrons
zeste râpé de 5 citrons
7 tasses d'eau bouillante

Ajouter les zestes de citron à l'eau, bouillir 10 minutes. Couler, ajouter les acides, le sel d'Epsom, le sucre et le jus de citron. Laisser dissoudre, couler encore

une fois et verser dans des bouteilles stérilisées. Servir à raison de 2 c. à soupe par verre d'eau. Cette boisson est très rafraîchissante.

SIROP DE FRAMBOISE

Couvrir les framboises de vinaigre blanc ou de cidre, laisser tremper 6 jours, brassant le mélange de temps à autre. Couler dans une flanelle, ajouter 1 tasse de sucre pour chaque tasse de jus, bouillir 15 minutes, verser dans des bouteilles stérilisées. Le sirop de cerise se prépare de la même façon mais il est bon d'enlever les noyaux de cerises avant de commencer.

VIN DE RHUBARBE

10 livres de rhubarbe
2 gallons d'eau
sucre
zeste 1 orange et 1 citron
½ once de racine de gingembre
¼ once "Isinglass"

Laver la rhubarbe, la couper en morceau, la mettre dans une grande terrine. Ajouter l'eau, bien fermer et laisser reposer 5 jours. Couler le liquide, presser la pulpe sans la laisser passer au travers du tamis ou de la flanelle. Mesurer le jus et ajouter 3½ ou 3¾ livres de sucre à chaque gallon de jus, selon qu'il est plus ou moins acide. Mélanger et laisser reposer 5 jours, brassant 2 fois chaque jour. Verser le liquide dans une terrine propre, ajouter "isinglass" dissous dans un peu d'eau chaude, ajouter avec les autres ingrédients. Couvrir et fermer la bonde bien juste avec un linge. Quand le vin a cessé de bouillonner, enlever le gingembre et le zeste d'orange et de citron. Refermer le récipient bien serré ou mettre le vin en bouteilles et bien boucher. Laisser vieillir de 6 à 12 mois.

VIN DE PISSENLIT

Le vin se fait avec les pétales frais. Avoir 1 gallon de pétales, verser dessus 1 gallon d'eau bouillante. Couvrir et laisser reposer 12 jours, brassant de temps à autre. Couler le liquide, le mettre dans une marmite à confiture, y ajouter 3½ livres de sucre ainsi que le zeste haché et le jus d'une orange et d'un citron. Ajouter un peu de gingembre si on l'aime. Mettre bouillir doucement 20 minutes. Laisser reposer le temps de tiédir. Etendre ¼ d'once de levure sur un morceau de pain rôti et placer le tout sur le liquide. Couvrir et laisser reposer 2 jours. Couler, verser dans un tonneau et fermer. Laisser reposer 2 mois. Mettre en bouteilles et laisser vieillir au moins 6 mois.

MARINADES AU BLE D'INDE

1 boîte de blé d'inde
1 petit chou
3 tasses de cassonade blanche
1 gros pied de céleri
¼ tasse de moutarde anglaise
¼ tasse de gros sel

Hacher le chou et le céleri. Mélanger tous les ingrédients et cuire 30 minutes. Verser chaud dans des pots stérilisés.

BETTERAVES DOUCES

Laver et enlever les tiges de deux paquets de betteraves. Faire bouillir jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Les peler, les tailler en tranches minces ou en dés, les placer dans des pots. Sucrer les betteraves avec deux cuillerées à soupe de sucre et les recouvrir avec un mélange d'eau et de vinaigre à parties égales.

CERISES PIQUANTES

1 pinte de cerises de France
1 tasse de vinaigre
2 c. à soupe de sucre
12 clous de girofle
noix de muscade ou 1 c. à thé de cannelle
pincée de sel

Bouillir durant cinq minutes le vinaigre, le sucre, les clous, les épices. Laisser refroidir. Laver les cerises en prenant garde de ne pas casser les queues; les placer dans des petits pots. Séparer le vinaigre entre les pots et ajouter un peu d'eau pour que le liquide recouvre entièrement les fruits. Servir ces cerises comme décoration pour les plats de hors-d'œuvre ou les assiettes de sandwichs.

MARINADES DE TOMATES CRUES

1 panier de tomates (à peine mûres)
2 pieds de céleri
3 gros oignons blancs
1 tasse de gros sel
2 tasses de vinaigre
4 tasses de cassonade blanche
3 onces de grains de moutarde

Hacher les légumes ou les passer au gros couteau du moulin à viande. Recouvrir de sel et laisser égoutter une nuit entière. Le matin jeter le liquide et placer le reste dans un grand plat émaillé. Verser sur les légumes le vinaigre, le sucre et la moutarde. Bien mélanger et ensuite brasser plusieurs fois dans le cours de la journée. Mettre en pots stérilisés vers la fin de l'après-midi.

CATSUP D'HIVER

3 grosses boîtes de tomates
6 grosses pommes
6 gros oignons
1 pied de céleri
2 tasses de cassonade
1 paquet d'épices mélangées
2 tasses de vinaigre
sel et poivre au goût

Hacher les pommes, les oignons et le céleri. Mettre dans une grande marmite émaillée les tomates, mais pas le jus. Ajouter les autres ingrédients en ayant soin de placer les épices dans un coton à fromage. Cuire lentement, une heure environ, sur un feu doux, en remuant souvent.

FIN

Table des Recettes



OEUFS, FROMAGE ET SAUCE BLANCHE

FRITURE

LES SOUPES

VIANDES, POISSONS ET SAUCES

LES LEGUMES

SALADES ET SAUCES A SALADES

SANDWICHS, ETC.

LA PATISSERIE

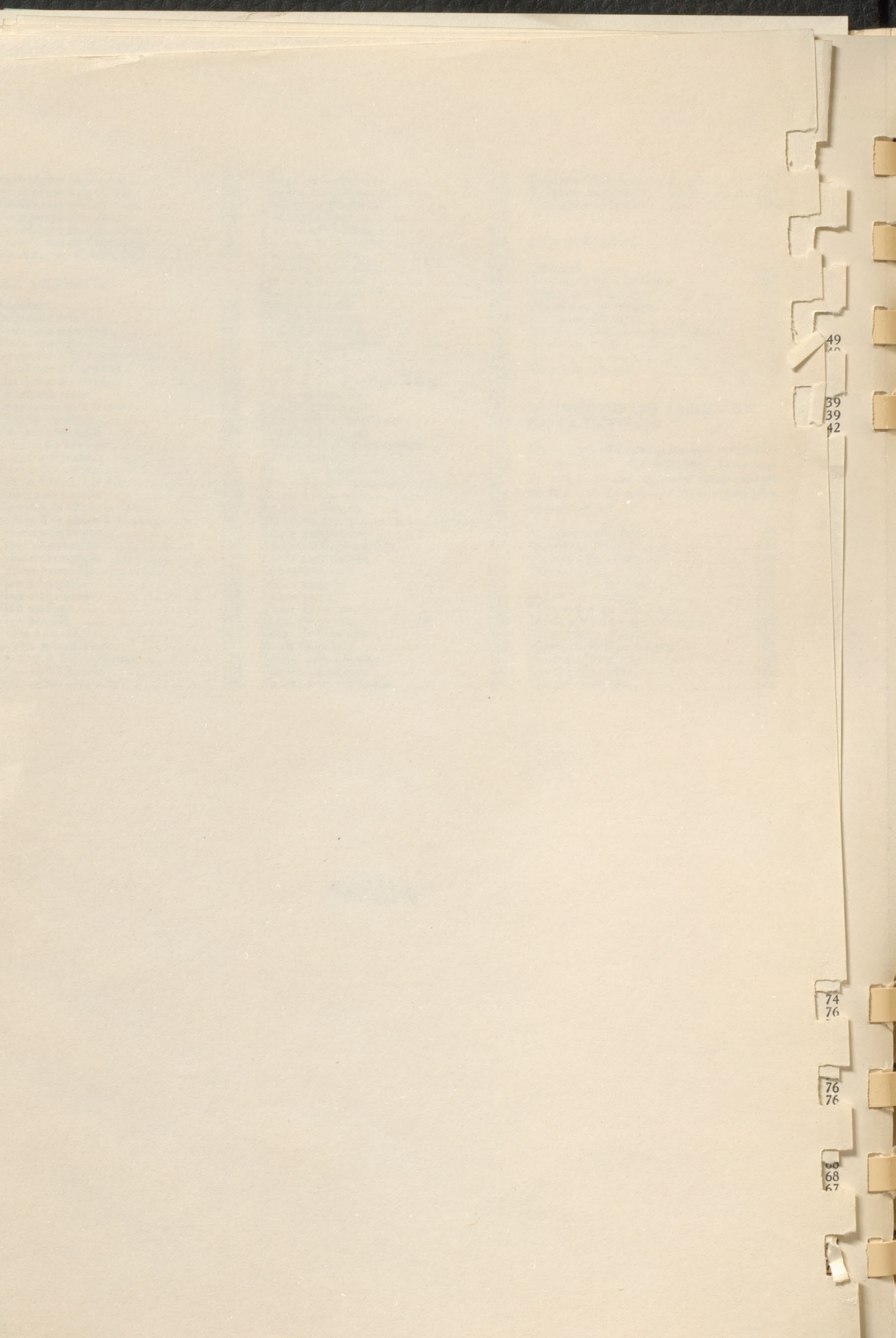
LES DESSERTS

LES BONBONS

GARNISSONS LES TABLETTES DE LA DEPENSE

Ces recettes délicieuses ne sont pas toutes "de conserve". La ménagère devra user de son jugement et aussi tenir compte du fait qu'elle emploie un vinaigre plus ou moins fort.







La Cuisinière
FIVE ROSES